วันพ่อ...วันแม่

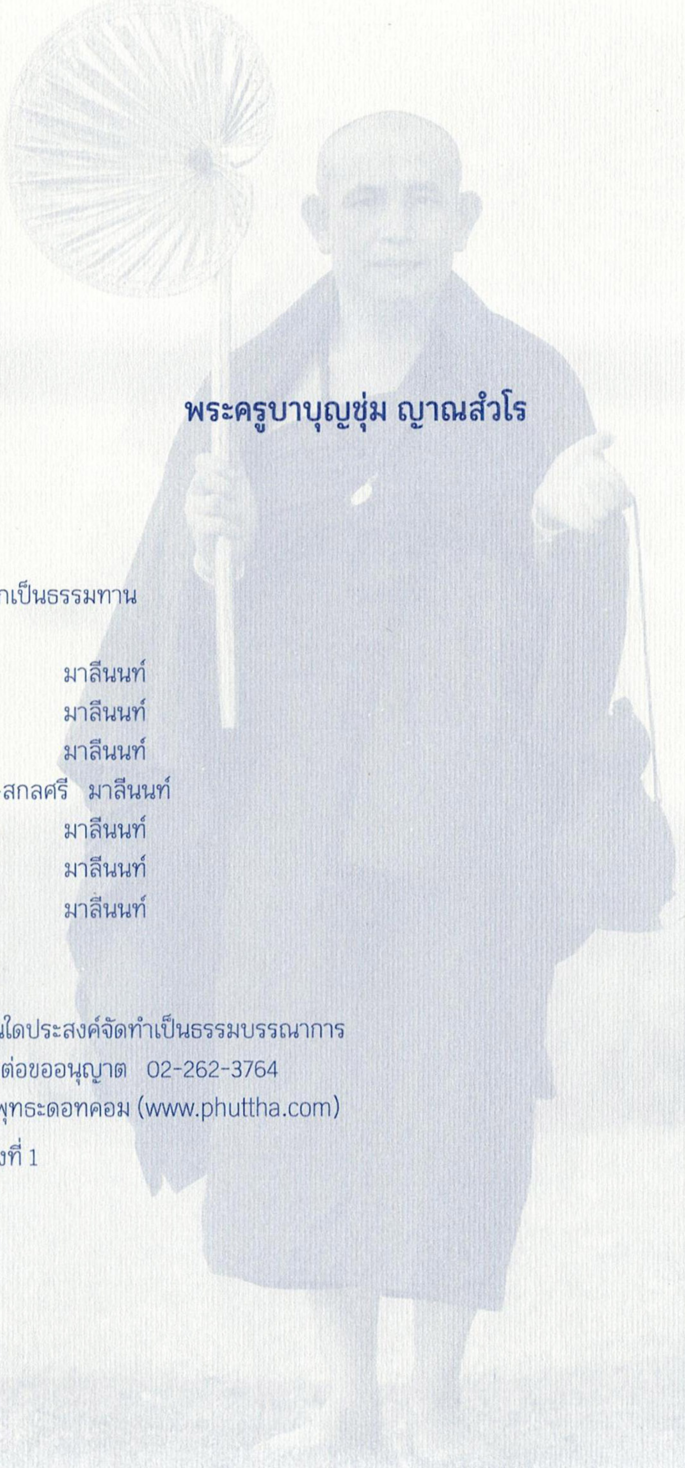
พระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร



วันพ่อ...วันแม่

พระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร



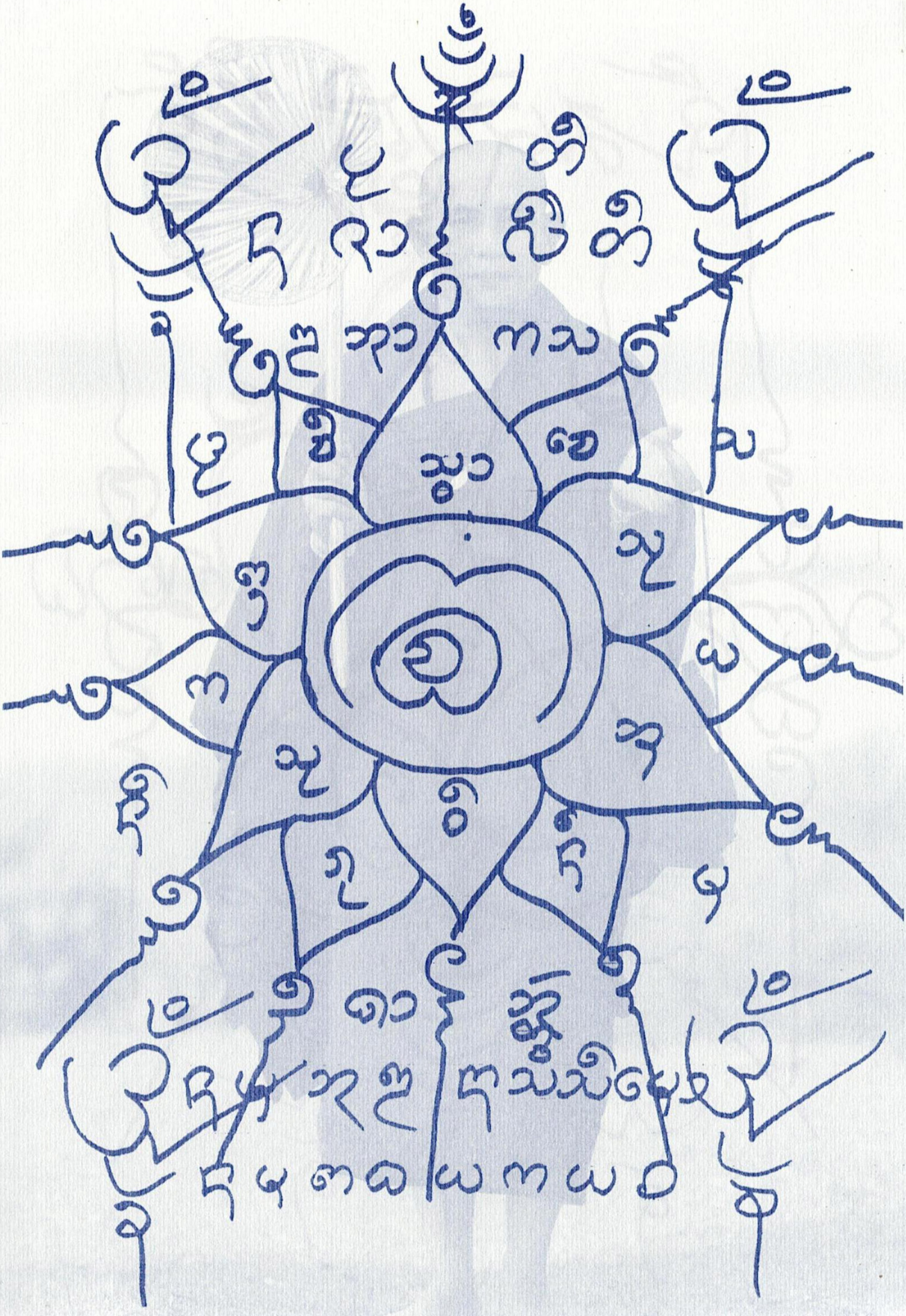


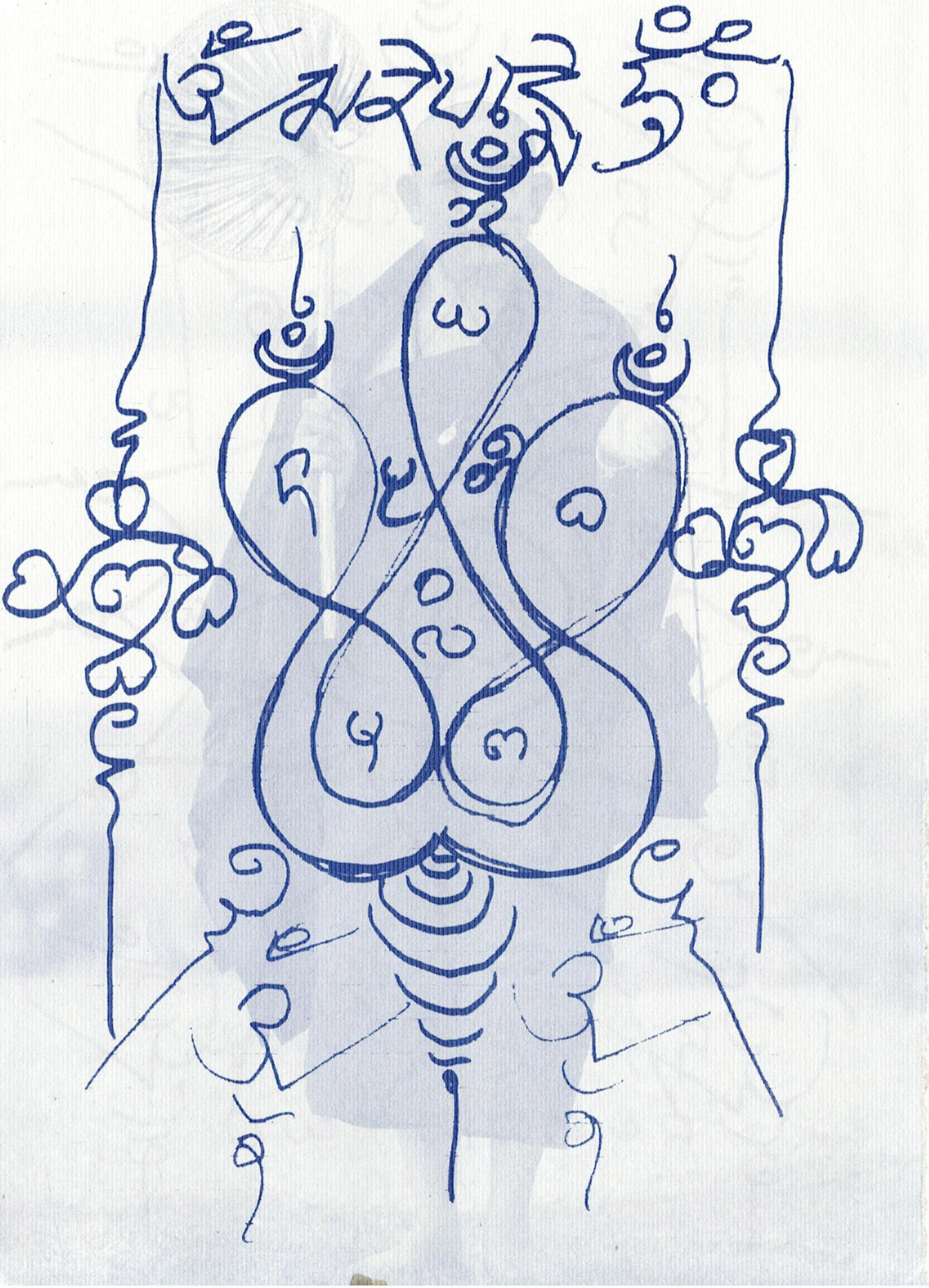
พระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน
โดย
วิชัย มาลีนนท์
สมศรี มาลีนนท์
รัตนา มาลีนนท์
ประชุม~สกลศรี มาลีนนท์
จิรวัฒน์ มาลีนนท์
นบชุลี มาลีนนท์
ปราลี มาลีนนท์

พิมพ์ครั้งที่ 1







วันที่ ๑ มกราคม พุทธศักราช๒๕๕๕

เมตตาธรรม วันขึ้น ปีใหม่ พ.ศ๒๕๕๕

นโม ตัสสะ ภควะโต อรหะโต สัมมาสัม
พุทธัสสะ นะโม น้อม นมัสการจิตชื่นบาน
ต่อ ภควา อันเลิศล้ำ ในโลกา ทรงพระ
ภาคเป็นอันงดงาม อรหัต ตัดกิเลส
สมุทเฉท จากกาม ไกลจากตัณหาสาม
พร้อมกับฆ่าโลกธรรม แปดประการสัมมา
สัมโพธิญาณ ล่วงหลุดทุกข์อันกันดาร
เหตุเกิดทุกข์เป็นธรรมดา ย่อมรู้คุณและโทษ
สั่งสอนโปรดสัตว์ และเวไนย ฟังเราควร
รู้และเข้าใจ ใน พระคุณท่านล้ำโลกา
นะโมน้อม นมัสการจิตชื่นบานต่อพระ
ธรรม อันนำออกจากทุกข์ในวัฏฏะสงสาร
ให้ถึงพระนิพพาน ข้าพเจ้าน้อมนมัสการ
ซึ่งพระธรรมในกาลทุกเมื่อเล นะโม
น้อมกราบวันทาบูชาอย่างยิ่ง ซึ่งคุณพระ

อริยะสงฆ์ ผู้ปฏิบัติดีแล้ว ผู้ปฏิบัติตรงแล้ว ผู้ปฏิบัติเป็นญาณออกจากทุกข์แล้ว เป็นผู้บริสุทธิ์อย่างยิ่ง เป็นนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญใดยิ่งกว่า ข้าพเจ้า ขอน้อมกราบไหว้ด้วยเศียรเกล้าในกาลทุกเมื่อเล ขอน้อมกราบบูชาคุณพระบิดา มารดา คุณพระครูบาอาจารย์ด้วยเศียรในกาลทุกเมื่อแล สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ นิพพานังปรมังสุขัง บัดนี้ เป็นโอกาสอันดีมีมงคลอย่างยิ่ง คือเป็นวันขึ้นปีใหม่ พ.ศ. ๒๕๕๕ เราขออนุญาติขอโอกาสพ่อแม่ครูบาอาจารย์ทั้งหลาย คือเราจะได้เมตตาธรรมอำนวยอวยพร วันขึ้นปีใหม่ และบันทึกธรรมะคติสอนใจในการประฏิบัติในชีวิตประจำวัน ของท่านทั้งหลาย ขอจงตั้งใจอ่านฟัง อยู่ในอาการสงบเย็นเห็นแจ้งอยู่ภายในใจ ด้วยความไม่ประมาท ด้วยความศรัทธาเลื่อมใสในคำสั่งสอนสัจจะธรรม

แห่งองค์พระบรมครูสัพพัญญูโลกนาถผู้เป็น
ประทีปแก้ว นำทางให้สัตว์โลกได้พ้นจากทะเล
แห่งทุกข์การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ในสงสารแล้ว
ฝั่งแห่งอะมะตะ พระนิพพานนั้นแล เราท่าน
ทั้งหลาย มีบุญมหากุศลอันใหญ่หลวง ที่ได้บำ
เพ็ญมาในอเนกชาติ จึงส่งผลให้เรามาเกิด
เป็นมนุษย์ผู้มีใจสูง เป็นสัตว์ผู้ประเสริฐ เป็น
อุดมคติภพ และเป็นบุญอย่างยิ่ง ที่ได้เกิดมา
พบพระพุทธศาสนาและสัจจะธรรมคำสั่งสอน
อะมะตะ ที่นำสัตว์โลกออกจากทุกข์ได้จริงและ
พวกเราท่านทั้งหลาย มีบุญกุศลอย่างที่สุดที่
มีอายุยืนยาวได้แล้ว ถึง พุทธกาลกับห้าสิบ
ห้าปี ซึ่ง มีบุญอุดหนุนให้เรารักษาชีวิต
จิตใจ ธาตุขันธ์ อยู่รอด ปลอดภัย อยู่ดีมีสุข
แล้วอันนี้ไม่ใช่ง่ายๆ เลย ต้องผ่านร้อนผ่าน
หนาว ผ่านฝนผ่านลม มามาก ต่อมากผ่านอุปสรรค
ปัญหามามากมาย ผ่านอันตรายต่างๆ มาได้โดย

สวัสดีภาพถึงปัจจุบันวันนี้ไม่ใช่ง่ายๆ ฉนั้นขอ
ให้ตัวจิตใจให้ดี มีความไม่ประมาทในชีวิต
ประจำวันจงให้โพธิจิต มหาสติ มหาปัญญา
สัมมาทิฏฐิอันรอบคอบสุขุมเยือกเย็นเห็นแจ้ง
อยู่ภายในจิต รักษาชีวิตจิตวิญญาณของ
เราให้ดี มีความถูกต้องยุติธรรม ขอให้
ตั้งตนไว้ชอบ ตามธรรม นำตนให้มีความสุข
กายสุขใจทุกเมื่อ ให้มีความเชื่อนับถือใน
คุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และพ่อแม่
ครูบาอาจารย์ ตลอดจนถึงมีความเคารพใน
สถาบันของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
ประเทศชาติบ้านเมือง ที่เราอยู่อู่ข้าวอู่น้ำ
ที่เรามี ให้มีความรักสามัคคี มีจิตเมตตา
ไมตรีต่อกัน รู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน
และมีจิตใจเอื้ออารี ช่วยเหลือเผื่อแผ่แก่
กันจำแนกแจกทานด้วยจิตเมตตา กรุณาทุก
หมู่เหล่าทั้งมนุษย์สัตว์ร่วมโลก เกิดแก่เจ็บ

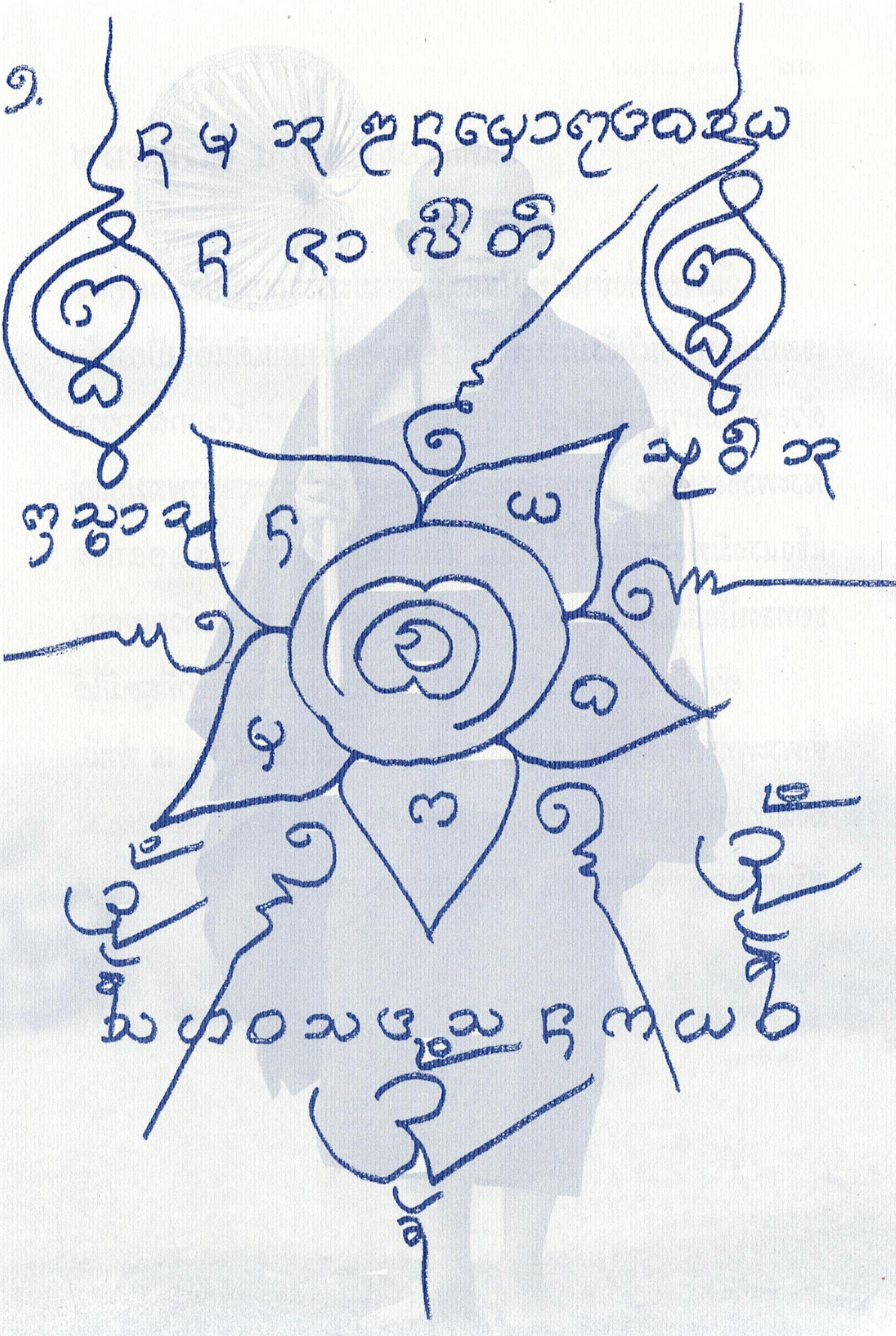
ตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น มีจิตแผ่เมตตาไม่
มีขอบเขตไม่มีประมาณทั่วแสนโกฏิจักรวาล
อนันตะจักรวาลหาที่สุดมิได้ และให้รู้จัก
คุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พ่อแม่ครู
บาอาจารย์ รู้จักคุณแผ่นดิน คุณของสถาบัน
พระมหากษัตริย์ ให้รู้จักคุณของธรรมชาติ
ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นในโลก ดิน น้ำ ลม ไฟ อากาศ
ท้องฟ้า มหาสมุทร ต้นไม้ใบหญ้า ป่าไม้ ภูเขา
เถาวัลย์ สัตว์ทุกสิ่ง มด ปลวก นก หนู สัพสัตว์
นาๆ ต่างก็อาศัยกันและกัน มีคุณแก่กันเกิด
ร่วมกันบนโลกใบนี้ ให้รู้จักรักษาธรรมชาติ
สิ่งแวดล้อม มวลสาร กระแสพลังงานธาตุ
ทุกสิ่ง ให้รู้จักคุณค่าของสัพธาตุสังขารทั้ง
ปวงให้คุ้มค่าที่เราเกิดมาในโลก จงรักษา
เวลานาทีให้เกิดประโยชน์ให้มากที่สุดเท่าที่
จะทำได้ เราเกิดมาก็ให้เป็นประโยชน์แก่โลก
เราตายไปก็ให้เป็นตัวอย่างที่ดีให้ชาวโลกเขา

รักษาเวลาอันมีค่านี้ รีบขวนขวายทำแต่กรรมดีมี
ความสุขทุกเมื่อ ให้รีบตักตวงเก็บเกี่ยวเอากำ
ไรชีวิตให้มากที่สุด ด้วยความตั้งมั่นอยู่ใน
ทาน ศีล ภาวนา ศีล สมาธิปัญญา พาตนให้
พ้นภัยในสงสารให้รีบเร่งทำความเพียร
สมถะวิปัสสนากัมมัฏฐาน เจริญสติ เจริญ
ปัญญาให้รู้แจ้งเห็นจริงในกองสังขารรูป
นาม ธาตุขันธ์ อันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ บังคับอยู่
ในอำนาจไม่ได้ เป็นอนัตตา ธรรมสุญญะตา
ธรรมนิยามะธรรมเกิดดับตามสภาวะธรรม
ชาติ ทุกสิ่งทั้งปวง มีการเกิดขึ้นเป็นธรรมดา
สิ่งทั้งหลาย ทั้งปวงย่อมมีการดับไปเป็น
ธรรมดาให้พิจารณาด้วยปัญญาเห็นแจ้ง
สัจจะชีวิตตามความเป็นจริง ต่างก็อิงอา
ศัย กันเกิด ดับ ตามเหตุปัจจัยให้เข้าใจ
ธรรมชาติทุกสิ่ง มองธรรมชาติเป็นธรรมะ
สอนเรา ต่างก็ประกาศความเป็นจริงของกฎ

ไตรลักษณ์อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ให้เราเห็น
เรารู้ทุกขณะจิต ทุกลมหายใจเข้าออก ทุกสิ่ง
ผ่านมาแล้วผ่านไป ไหลไป เสื่อมสิ้น ล่วงลับ
ดับไปตามลำดับ ไม่มีสิ่งใดมั่นคงถาวร
อยู่ตลอดกาล ทุกสิ่งสักแต่ว่าเป็นธาตุ
เป็นธรรมชาติที่มีกระแสแห่งเหตุปัจจัยปรุง
แต่งเกิดขึ้นชั่วขณะแล้วก็ดับไปในที่สุด
จึงกล่าวว่า สัญญะสังขารสังขตะธาตุเท่านั้น
ไม่ควรเข้าไปเกี่ยวข้อง มั่นหมาย ยึดมั่นในสิ่ง
ใด ให้จิตรู้แจ้งแล้วปล่อยวางรูปนาม
รูปธาตุ นามธาตุทุกสิ่งเป็นปัจจัยซึ่งกัน
และกัน รูปเป็นปัจจัยให้แก่นามและนาม
ก็เป็นปัจจัยให้แก่รูปให้เกิดวิญญาณแห่ง
ธาตุรู้แจ้ง ถ้าประกอบด้วยอวิชชา ก็เป็นวิญญาณะ
ถ้ายิ่งประกอบด้วยวิชชา ปัญญาญาณ ก็เป็น
วิญญาณะเป็นอยู่อย่างนั้นเป็นธรรมดา ให้ใช้
ปัญญาวิปัสสนาญาณรู้แจ้งจิตสว่างอยู่ภาย

ใจให้ใจเบา กายเบา ไม่เอาไม่เป็นอะไรทั้งสิ้น
จิตถอนรากเหง้าแห่งอุปธิ กิเลส ตัณหา มานะ
ทิฏฐิ ออกจากจิตสันดานให้หมด อันมีอวิ-
ชาเป็นมูลรากเหง้า มีตัณหาเป็นผู้ก่อกรรม มี
อุปาทานนำไปสู่ภพไม่รู้จบสิ้น เป็น กิเลส
กรรม วิบาก อยู่อย่างนี้หาที่สุดมิได้ นั้น
ท่านผู้รู้ มุนีทั้งหลาย จึงสร้างบารมี หนีความ
ทุกข์ สิ้น วัฏฏะ จึงยอมสละทุกสิ่งทุกอย่าง
อารมณ์โลกามิส มีจิตติดตามญาณสัมปะ-
ยุต รู้เห็นแล้ว จึงเร่งบำเพ็ญเพียรจิตภาวนา
วิปัสสนาญาณ ให้เห็นแจ้งชัด ในรูปนาม
สังขารทุกสิ่ง จิตสละละวาง ขันธ์ ธาตุทุกสิ่ง
สลัดคืน มอบคืนให้แก่ธรรมชาติ ธาตุเดิม
มีจิตวิมุตติ หลุดพ้นจาก ทุกข์โดยสิ้นเชิง
ไม่มีเชื้อให้เกิด ภพเกิดชาติอีกใดใด ซึ่ง
อสังขตะธาตุอันบริสุทธิ์อย่างยิ่งดังนี้แล
สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ จิตที่ตั้งไว้ดีย่อมมี
แต่ความสุขดังนี้แล—

๑.



บันทึกธรรมเมตตา ๕ ธันวามหาราช

วันพ่อแห่งชาติไทยในแดนสยามสุวรรณภูมิประเทศอุดมเขตอันสงบเย็นใต้ร่มพระบารมีของพ่อแห่งแผ่นดินอันเปี่ยมล้นด้วยพระมหากรุณาธิคุณหาประมาณมิได้ ขอน้อมเกล้าถวายพระพรชัยมงคล ขอทรงพระเจริญขอทรงมีพระสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงมีพระชนมายุยิ่งยืนนานมีพระเกษมสำราญตลอดกาล ขอทรงเป็นร่มโพธิ์ทองผองชาวไทย ตลอดกาลนานด้วยเทอญ.

ด้วยจิตสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ อันล้นพ้นหาที่สุดมิได้ ข้าพระพุทธเจ้าพระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโรอรัญยวาสีภิกขุ ณ สำนักสงฆ์ถ้ำมหาโพธิสัตว์ราชคฤห์ เมืองงาว จ.ลำปาง พร้อมคณะศรัทธาลูกศิษย์ทุกๆ คน ขอน้อมถวายพระพรชัย.

วันที่ ๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๔ วันพ่อแห่งชาติไทย

ในแดนสยามประเทศอุดมเขตสงบเย็นเป็นสุขอย่างยิ่ง ใต้ร่มเงาพระบารมี พระบาทสมเด็จพ่อแห่งแผ่นดินปวงประชา อาณาราษฎร์ต่างยินดีปรีดาปราโมทย์แซ่ซ้องสาธุการ ทั้งสมณะชีพราหมณ์ต่างก็สำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ อันยิ่งใหญ่ไพศาล ยิ่งกว่าท้องฟ้ามหาสมุทรสุดประมาณมิได้ ต่างก็น้อมเกล้าน้อมกระหม่อม ถวายพระพรชัยมงคล ขอทรงพระเจริญ ทรงมีพระพลามัยสมบูรณ์แข็งแรง ขอทรงมีพระชนมายุยิ่งยืนนานตลอดกาล มีพระราชประสงค์สิ่งใด ขอให้สำเร็จผลทุกประการเทอญ ฑีฆายุโก โหตุ มหาราชา มหาราชินี

ด้วยเกล้า ด้วยกระหม่อม

ขอน้อมถวายพระพรชัยด้วยใจบริสุทธิ์.

ข้าพเจ้าขอโอกาสอนุญาตแต้มบันทึกธรรม เมตตา ถวายพระพรชัยมงคลวโรกาส สมัยที่มาบรรจบ ครบรอบพระชนมายุครบรอบ ๘๔ พรรษาแห่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราชแห่งประเทศไทยในแดนสยามสุวรรณภูมิอุดมเขตอันวิเศษสงบเย็นเป็นสุขด้วยร่มเงาใต้พระบารมี ทั้งสมณะชีพราหมณ์ประชาอาณาราษฎร์ต่างก็สำนึกในพระมหากรุณาธิคุณหาประมาณมิได้ ต่างก็น้อมเกล้าถวายพระพรชัยมงคล ขอทรงพระเจริญ ทรงเป็นฉัตรแก้วฉัตรทองของปวงประชาตลอดกาลนานด้วยเทอญ.

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม

ขอน้อมถวายพระพรชัยด้วยใจอันเคารพ

บูชาอย่างสูงยิ่งหาประมาณมิได้.

วันพ่อแห่งชาติห้าธันวามหาราชมาบรรจบครบรอบ แปดสิบสี่พรรษาปวงประชาอาณาราษฎร์ ต่างน้อมกราบบูชา พระมหาราชานวมินทร์ถิ่นไทยในสยาม ทุกถิ่นคามทั่วหน้า ต่างพร้อมหน้าถวายพระพรชัยมงคล จงบันดาลประสิทธิ์พร ขอวิงวอนคุณพระพุทธ พระธรรม อีกพระสงฆ์ จงคุ้มครอง และรักษาพระบิดาแห่งแผ่นดินถิ่นไทยงาม จงบันดาลให้ พระองค์ทรงพระเจริญยิ่งยืนนานตลอดกาล มีพระเกษมสำราญ ทุกทิวาราตรี ขอทรงมีพระพลามัยสมบูรณ์แข็งแรง มีพระชนมายุ ยิ่งยืนนานตลอดกาล ทรงมีพระราชประสงค์สิ่งใด ขอจง สำเร็จผลดังพระหฤทัยทุกประการ ขอให้วิมานเทวาเทพอินทร์ พรหม จงคุ้มครองปกปัก เฝ้ารักษาอีกทั้งพระสยามเทวา ธิราชเจ้าองค์ศักดิ์สิทธิ์ จงเนรมิตรประสิทธิพร แด่พระบิดา แห่งแผ่นดินแดนสงบ จงประสพแต่ความสุขเกษมสำราญ ตลอดกาลนานทั้งสมณะชีพราหมณ์ ต่างแซ่ซ้องสาธุการ ใต้ร่มเงาพระราชโพธิสมภารพระบารมีเมตตามหากรุณาธิคุณ สุดประมาณมิได้ ทรงมีพระจริยวัตรอันงดงาม ยามประชา พากันทุกข์ภัยพิบัติและน้ำท่วมภัยนานา พระเมตตามหากรุณา

อันล้นเกล้าเฝ้ารักษาและเยียวยา ปวงประชาพากันสุขีถ้วนหน้า ด้วยพระเมตตาบารมีต่างยินดี ซาบซึ้งในพระมหากรุณาธิคุณอันหาประมาณมิได้ น้อมกราบไหว้บังคมทูลเหนือเกล้าเจ้าอยู่หัวของผองไทย

ด้วยใจรักเคารพบูชาอย่างสูงยิ่ง
ขอน้อมเกล้าถวายพระพรชัย.

เนื่องในวโรกาสมงคลสมัยมาบรรจบครบรอบแปดสิบสี่พรรษาแห่งองค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราชเจ้าแห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ถิ่นไทยงามนามสยามประเทศ เขตสุวรรณภูมิอุดมชัยมงคลบุรีราช

ข้าพเจ้าพระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร ขอน้อมเกล้าถวายพระสัจจธรรม อมตวาจาแห่งองค์สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ตรัสรู้ดีแล้ว ทรงมีพระปัญญาคุณ พระบริสุทธิคุณ พระมหากรุณาธิคุณ หาประมาณมิได้ในหมู่เวไนยสัตว์ทั้งหลาย ทรงชี้ทางวางมรรคนำสัตว์โลกได้พ้นจากวัฏฏะทุกข์ในสงสารให้ถึงฝั่ง คือ พระนิพพานเป็นที่สุด ข้าพเจ้าขอน้อมกราบบูชาอย่างยิ่งด้วยเศียรเกล้าในกาลทุกเมื่อแล

ขอน้อมกราบคุณพระสัจจธรรมเจ้าอันประเสริฐ ด้วยเศียรเกล้าในกาลทุกเมื่อแล ขอน้อมกราบคุณพระอริยสงฆ์ผู้ปฏิบัติดีแล้ว ผู้บริสุทธิ์อย่างยิ่งด้วยเศียรเกล้าในกาลทุกเมื่อแล ขอน้อมกราบวันทาคุณบิดามารดาคุณพระครูบาอาจารย์ ด้วยเศียรเกล้าในกาลทุกเมื่อแล

ขอเมตตาจิตอันบริสุทธิ์ แด่ท่านผู้มีปัญญาแสวงหาทางพระนิพพานทั้งหลาย จงตั้งจิตสงบอยู่ด้วยความไม่ประมาท ด้วยจิตอันเลื่อมใส อ่านฟังข้อธรรมะสภาวะสัจจะความจริงที่เราจะได้กล่าวต่อไปนี้ เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อความสุขกายสบายใจ ในกาลทุกเมื่อ เพื่อความสิ้นไปแห่งกองทุกข์ทั้งหลาย เพื่อถึงอสังขตธาตุ พระนิพพานนั้นแล ผู้ฟังด้วยดีย่อมมีปัญญาแสงสว่างเสมอด้วยปัญญาไม่มี มุนีผู้รู้แจ้งแห่งธาตุขันธ์ ย่อมอยู่เป็นสุขในโลกนี้แล สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

บัดนี้โอกาสอันดีมีมงคลอย่างยิ่งที่เราจะได้นำพระสัจจธรรมมาแสดงชี้แจงทางพ้นทุกข์ให้แก่ท่านผู้แสวงหาทางพระนิพพานได้ทราบ ขอจงตั้งสติให้ดีมีปัญญาพิจารณาอ่านฟัง ข้อธรรมะสภาวะดังต่อไปนี้แล.

ดูก่อนท่านผู้ข้องอยู่ในวัฏฏะทุกข์ทั้งหลายการได้เกิดมาเป็นมนุษย์นี้แสนยากนัก การได้ฟังพระสัจจธรรมเป็นสิ่งยากนัก การที่เราจะดำรงชีวิตมาถึงวันนี้ก็ยากและการบังเกิดขึ้นของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นสิ่งยากอย่างยิ่ง การได้เกิดในประเทศอันอุดมสมบูรณ์ปฏิรูปประเทศก็ยากจะได้เกิดมาพบพ่อแม่ครูบาอาจารย์ที่ดี มีสัมมาทิฏฐิก็ยาก การที่ได้เกิดมาในประเทศที่มีสถาบันพระมหากษัตริย์ ที่ทรงพระคุณมหาเมตตามหากรุณา อย่างเช่น ประเทศไทยของเราก็ยากอย่างยิ่ง ฉะนั้นขอให้ทุกคนทุกชีวิตทุกดวงจิตทุกรูปนามทุกธาตุขันธ์ที่ได้มาเกิดร่วมสมัยแห่งองค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว นวมินทร์มหาราชเจ้าผู้มีพระคุณอันใหญ่หลวงสุดจะพรรณา ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณในพสกนิกร อาณาประชาราษฎรได้พึ่งพระบารมีปกเกล้า ทุก ๆ คนต่างก็ได้อยู่ดี

มีความสุขถ้วนหน้า จึงสมควรอย่างยิ่ง ที่เราท่านทั้งหลายสำนึกซาบซึ้งในพระมหากรุณาธิคุณอันหาประมาณมิได้ ขอให้ทุกท่าน จงเป็นคนกตัญญูรู้พระคุณของพระองค์สมเด็จพ่อแห่งแผ่นดิน ให้มีความเคารพรักบูชาสูงสุดเทิดทูลไว้เหนือเกล้าเหนือกระหม่อม มีความจงรักภักดีตั้งใจทำแต่สิ่งดีมีประโยชน์แก่ตนเองและพ่อแม่ญาติพี่น้อง ทำประโยชน์แก่สังคมประเทศชาติบ้านเมืองและมนุษย์สัตว์ร่วมโลกทั้งหลาย จงตั้งตนอยู่ด้วยความไม่ประมาทในชีวิตประจำวัน จงตั้งเข็มทิศชีวิตให้ดี มีความยุติธรรมนำตนให้พ้นจากทุกข์จากภัยในสงสาร ให้มีความเคารพในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และพ่อแม่ครูบาอาจารย์มีความเคารพต่อการศึกษาธรรมะในการปฏิบัติธรรม มีความเคารพในความไม่ประมาท ให้มีจิตใจไมตรี โอบอ้อมอารี มีความรักสามัคคีมีเมตตาต่อกัน รู้จักแบ่งปันเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่จำแนกแจกทานให้แก่คนยากจนอนาถาคนด้อยโอกาสไม่เลือกชั้นวรรณะ มีจิตรักสงสารเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาเสมอกัน ทำใจให้เที่ยงตรงเหมือนตราชั่งไม่เลือกที่รักผลักที่ชัง จงรักษาใจ

ให้ดี ทำหน้าที่ให้ถูกต้อง ให้มีสติปัญญาสัมมาทิฏฐินำหน้าตลอด จะคิดจะพูดจะทำสิ่งใด ก็ขอให้เป็นไปในศีลในธรรม ไม่ให้เดือดร้อนตนเองและผู้อื่น สัตว์อื่น และไม่ให้เดือดร้อนแก่สังคม ประเทศชาติบ้านเมือง จงตั้งใจทำแต่สิ่งดีมีความสุขทุกเมื่อ ให้คิดแต่เรื่องดีๆ พูดแต่สิ่งดีๆ ทำแต่สิ่งดี ๆ แล้ว เราจะได้ผลดีมีความสุขในปัจจุบันชาตินี้และเดี๋ยวนี้ และจะได้สวรรค์สมบัติ พระนิพพานสมบัติในอนาคตกาลแน่นอน พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่าธรรมทั้งหลายมีใจเป็นใหญ่ มีใจเป็นประธาน สำเร็จได้ด้วยใจ เมื่อใจคิดสิ่งไม่ดี พูดไม่ดี ทำสิ่งไม่ดีแล้ว ผลวิบากคือความทุกข์ย่อมติดตามเหยียบย่ำบุคคลนั้นเหมือนล้อเกวียน เหยียบตามรอยเท้าวัวนั้นแล

ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นใหญ่ มีใจเป็นประธาน ทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจ เมื่อใจดีแล้ว ย่อมพูดดี ทำดี ผลคือกุศลวิบาก ย่อมติดตามบุคคลนั้นเหมือนดังเงาติดตามตนฉันนั้นแล ฉะนั้นขอให้รักษาใจให้ดี มีสติทุกเมื่อ ทุกลมหายใจทุกอิริยาบท ยืนเดิน นั่ง นอน ทำกิจการน้อยใหญ่ในชีวิต

ประจำวันให้รู้สึกตัวทั่วพร้อมตลอด อย่าหลงอย่าลืม คนที่หลงลืมประมาทก็เหมือนคนตายแล้ว จงเฝ้าดูรักษากาย วาจา ใจ ให้ดีมีความวิริยะอุตสาหะทุกเมื่อ มีความตื่นตัวตื่นใจในบุญกุศลตลอด ด้วยการให้ทาน รักษาศีล ภาวนา ศีล สมาธิ ปัญญา พาตนให้พ้นจากทะเลทุกข์ในวัฏฏะคือความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ทุกข์โศกนานานับไม่ถ้วน ตราบใดยังไม่ถึงพระนิพพาน ก็จะต้องเวียนว่ายตายเกิดอย่างนี้หาที่สุดมิได้น่าเบื่อหน่ายที่สุด ฉะนั้นผู้มีปัญญาทั้งหลายจึงเห็นโทษเห็นภัยเห็นทุกข์ในวัฏฏะ จึงสละทุกสิ่งทุกอย่าง ออกบวชบำเพ็ญบารมี หนีความทุกข์แสวงหาทางหลุดพ้นจากวัฏฏะ คือกิเลสกรรมวิบาก วนเวียนอยู่อย่างนี้ ทุกข์แล้วทุกข์อีก ชาติแล้วชาติเล่า นับหลายแสนโกฏิอสงไขย ตราบใดยังมีอวิชชา ตัณหาอุปาทานเป็นต้นเหตุ ให้เกิดภพเกิดชาติ

เมื่อใดโพธิจิตปัญญามหาวิชชาเกิดขึ้นสว่าง รู้แจ้งอนุตรธรรมสัจจะ แล้วจึงจะหยุดการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏสงสารได้ ดูก่อนท่านผู้เห็นภัยในวัฏฏะ จงสละอารมณ์โลกามิสทั้งหลายอันไม่เที่ยง หาสาระไม่ได้ ทุกสิ่งที่เกิด

ขึ้นมาบนโลกธาตุนี้ ไม่มีสิ่งใดเที่ยงแท้แน่นอน โลกนี้มีแต่ทุกข์เท่านั้น บังคับอยู่ในอำนาจไม่ได้ ไม่ใช่ตัวตนเป็นสภาวะอนัตตาธรรมสุญญตาธรรม พึงมีสติปัญญาพิจารณาให้รู้แจ้งชัดซึ่งรูปธรรม นามธรรม ธาตุขันธ์สัตว์ สังขารทุกสิ่งทั้งปวง เกิด ดับ ตามเหตุปัจจัย ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นสิ่งใด จงสละละวางทำใจเป็นกลางในรูปธาตุ นามธาตุ ทุกสิ่ง เข้าใจธรรมชาติของธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ อากาศธาตุ และวิญญาณธาตุ ทุกสิ่งมีเหตุปัจจัย ปรุงแต่งเกิดขึ้นตั้งอยู่ชั่วขณะ แล้วก็ถึงซึ่งความดับลับหายไปตามวิถีสภาวะธรรมชาติ ให้ดวงธรรมมหาปัญญาเกิดขึ้นในดวงจิตเห็นแจ้งรูปนามสังขาร ทุกสิ่งเกิดดับ รูปก็ไม่เที่ยง เวทนาก็ไม่เที่ยง สัญญาก็ไม่เที่ยง สังขารก็ไม่เที่ยง วิญญาณก็ไม่เที่ยง สิ่งใดไม่เที่ยงสิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งที่เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน สัตว์บุคคลอะไรทั้งสิ้น เป็นสักแต่ว่าก้อนธาตุ ก้อนทุกข์เท่านั้น ในโลกนี้ไม่มีอะไรนอกจากทุกข์เท่านั้น ที่เกิดดับ ให้รู้แจ้งด้วยภาวนามยปัญญาวิปัสสนาญาณรู้แจ้งซึ่งสัจจะธรรมชาติทุกสิ่ง และอริยสัจจธรรมทั้งสี่ คือ ทุกข์ สมุทัย

นิโรธ มรรค ให้รู้แจ้งด้วยโพธิจิตอันบริสุทธิ์ว่า ทุกข์ควรกำหนดรู้ สมุทัยเหตุให้เกิดทุกข์ควรประหาร ละให้ได้จากจิตใจ นิโรธควรทำให้แจ้ง คือพระนิพพาน คือวิราคะ ความจางคายความสลัดคืนความไม่มีอาลัยในตัณหา ความดับสนิทไม่มีส่วนเหลือ มรรคควรเจริญภาวนาให้เกิดขึ้นในดวงจิตคือมรรค มีองค์แปดประการ ความเห็นชอบ ความดำริชอบ ความมีวาจาชอบ ความมีการงานชอบ ความเลี้ยงชีวิตชอบ ความมีความเพียรชอบ ความมีการระลึกชอบ ความตั้งจิตมั่นชอบ ให้เจริญเกิดขึ้นเพื่อความดับทุกข์สิ้นทุกข์ มีพระนิพพานเป็นที่สุดนั้นแล.

ดูก่อนท่านผู้แสวงหาสัจจธรรมทั้งหลาย พระผู้มี-พระภาคเจ้าผู้เป็นดวงตาของโลกทรงแสดงธรรมครั้งแรก ปฐมเทศนาแก่พระปัญจวัคคีย์ทั้งห้า มีใจความว่าดังนี้

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างเหล่านี้มีอยู่ เป็นสิ่งที่บรรพชิตไม่ควรข้องแวะเลย นี้คือการประกอบตนพัวพันอยู่ด้วยความใคร่ในกามทั้งหลาย เป็นของต่ำทราม เป็นของชาวบ้าน เป็นของคนชั้นปุถุชน ไม่ใช่

ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลยนี้ อย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่ง คือ ประกอบการทรมานตนให้ลำบากเป็นสิ่งนำมาซึ่งทุกข์ ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางไม่เข้าไปหาที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างนั้นมีอยู่ เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักษุ เป็นเครื่องทำให้เกิดญาณ เพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความรู้พร้อม เป็นไปพร้อมเพื่อนิพพาน

ต่อไปนี้เราขอโอกาสแต้มบันทึกธรรมตามในอริยมรรค มีองค์แปด เป็นพุทธวจนะอธิบายเป็นบทๆ ดังจะได้กล่าวให้ท่านทั้งหลายได้ทราบเพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติธรรมประจำชีวิตเพื่อความดับทุกข์ถึงอมตพระนิพพานนั้นแล

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้แลเป็นหนทางอันประเสริฐซึ่งประกอบด้วยองค์แปดได้แก่ สิ่งเหล่านี้คือความเห็นชอบ ความดำริชอบ การพูดจาชอบ การทำการงานชอบ การเลี้ยงชีวิตชอบ ความพากเพียรชอบ ความระลึกชอบ ความตั้งใจมั่นชอบ

(องค์มรรคที่ ๑) ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความเห็นชอบเป็นอย่างไรเล่า? ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้อันใดเป็นความรู้ในทุกข์ เป็นความรู้ในเหตุให้เกิดทุกข์ เป็นความรู้ในความดับแห่งทุกข์ เป็นความรู้ในความดับแห่งทุกข์ เป็นความรู้ในทางดำเนินให้ถึงความดับทุกข์ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความเห็นชอบ

(องค์มรรคที่ ๒) ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความดำริชอบเป็นอย่างไรเล่า? ความดำริในการออกจากกาม ดำริในการ

ไม่มุ่งร้าย ความดำริในการไม่เบียดเบียน ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่าความดำริชอบ

(องค์มรรคที่ ๓) ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การพูดจาชอบเป็นอย่างไรเล่า? เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดไม่จริง เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดส่อเสียด เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดคำหยาบ เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่าการพูดจาชอบ

(องค์มรรคที่ ๔) ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การทำการงานชอบเป็นอย่างไรเล่า? เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการฆ่า เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้แล้ว เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการประพฤติผิดในกามทั้งหลาย ดูก่อนภิกษุทั้งหลายอันนี้ เรากล่าวว่า การทำการงานชอบ

(องค์มรรคที่ ๕) ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การเลี้ยงชีวิตชอบเป็นอย่างไรเล่า? ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สาวกของพระอริยเจ้าในธรรมวินัยนี้ละการเลี้ยงชีวิตที่ผิดเสีย ย่อม

สำเร็จความเป็นอยู่ด้วยการเลี้ยงชีวิตที่ชอบ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า การเลี้ยงชีวิตชอบ

(องค์มรรคที่ ๖) ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความพากเพียรชอบเป็นอย่างไรเล่า? ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายามปรารภความเพียรประคอง ตั้งจิตไว้เพื่อจะยังอกุศลธรรมอันเป็นบาปที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดขึ้น ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายามปรารภความเพียรประคองตั้งจิตไว้เพื่อจะละอกุศลธรรม อันเป็นบาปที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายามปรารภความเพียรประคองตั้งจิตไว้เพื่อจะยังกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายามปรารภความเพียรประคองตั้งจิตไว้เพื่อความตั้งอยู่ความไม่เลอะเลือนความงอกงามยิ่งขึ้นความไพบูลย์ ความเจริญ ความเต็มรอบแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ดูก่อนภิกษุทั้งหลายอันนี้เรากล่าวว่า ความพากเพียรชอบ

(องค์มรรคที่ ๗) ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความ

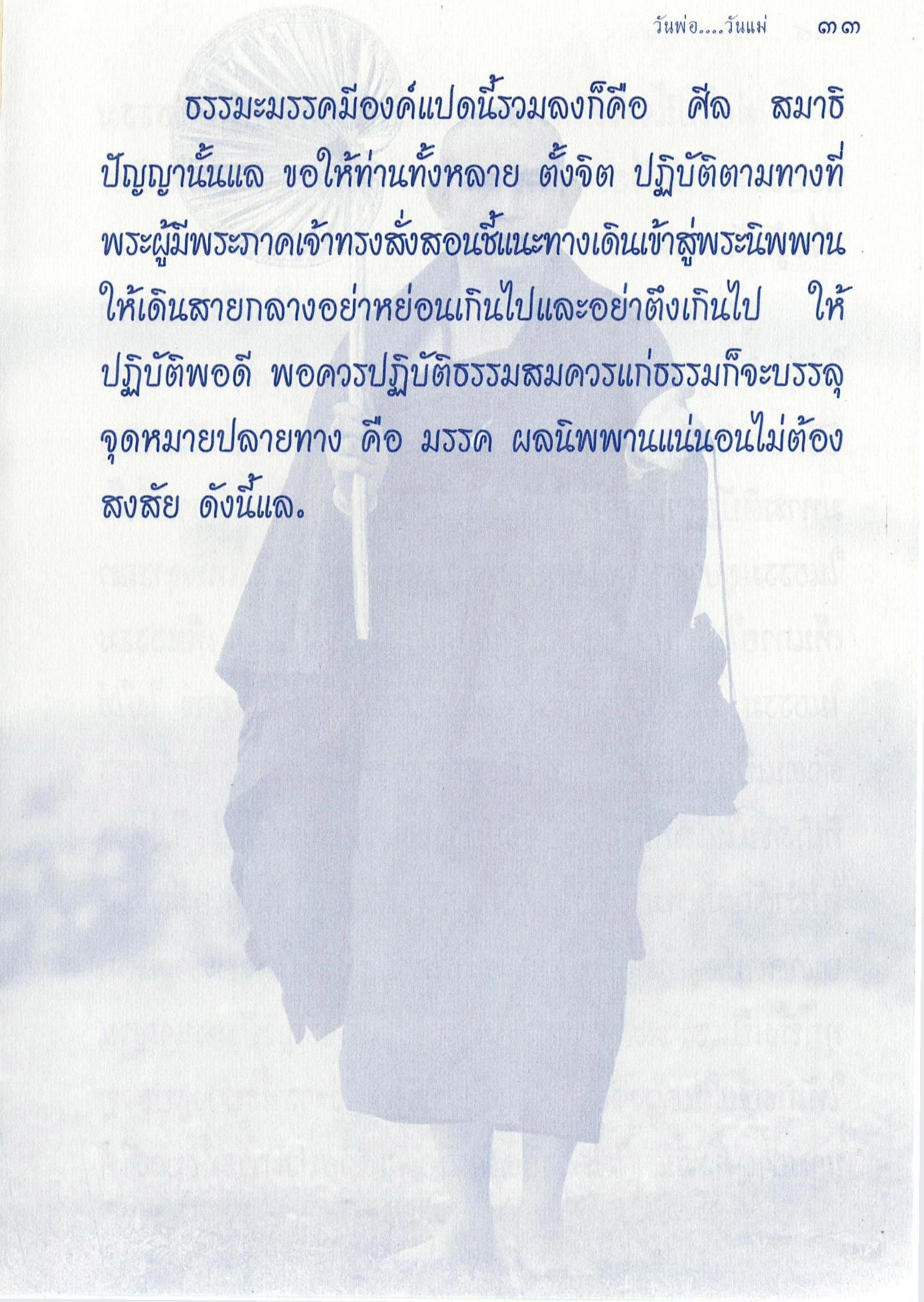
ระลึกชอบเป็นอย่างไรเล่า? ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นประจำ มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออกเสียได้ ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่เป็นประจำ มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออกเสียได้ ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ประจำ มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออกเสียได้ ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่เป็นประจำ มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออกเสียได้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความระลึกชอบ

(องค์มรรคที่ ๘) ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความตั้งใจมั่นชอบเป็นอย่างไรเล่า? ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ สงัดแล้วจากกามทั้งหลาย สงัดแล้วจากธรรมที่เป็น

อกุศลทั้งหลายเข้าถึงปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตกวิจาร มีปีติและสุขอันเกิดจากการวิเวกแล้วแลอยู่ เพราะความที่วิตกวิจารทั้งสองระงับลงเข้าถึงทุติยฌาน เป็นเครื่องผ่องใสแห่งใจในภายในให้สมาธิ เป็นธรรมอันเอกผุดมีขึ้นไม่มีวิตกไม่มีวิจาร มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิแล้วแลอยู่ อนึ่งเพราะความจางคลายไปแห่งปีติ ย่อมเป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ และย่อมเสวยความสุขด้วยนามกายชนิดที่พระอริยเจ้าทั้งหลายย่อมกล่าวสรรเสริญ ผู้นั้นว่าเป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติอยู่เป็นปรกติสุขดังนี้ เข้าถึงตติยฌานแล้วแลอยู่ เพราะละสุขเสียได้และเพราะละทุกข์เสียได้ เพราะความดับไปแห่งโสมนัสและโทมนัสทั้งสองในกาลก่อน เข้าถึงจตุตถฌานไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีแต่ความที่สติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขาแล้วแลอยู่ ดูก่อนภิกษุทั้งหลายอันนี้เรากล่าวว่าความตั้งใจมั่นชอบ ดังนี้แลจบข้อความในพุทธวจนะอธิบายเรื่องมรรคมีองค์แปด ด้วยประการฉะนี้แล

สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

ธรรมะมรรคมีองค์แปดนี้รวมลงก็คือ ศีล สมาธิ ปัญญานั้นแล ขอให้ท่านทั้งหลาย ตั้งจิต ปฏิบัติตามทางที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงสั่งสอนชี้แนะทางเดินเข้าสู่พระนิพพาน ให้เดินสายกลางอย่าหย่อนเกินไปและอย่าตึงเกินไป ให้ปฏิบัติพอดี พอควรปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมก็จะบรรลุจุดหมายปลายทาง คือ มรรค ผลนิพพานแน่นอนไม่ต้องสงสัย ดังนี้แล.



ต่อไปนี้จะได้กล่าวธรรมะสภาวะการปฏิบัติธรรม แบบธรรมชาติเพื่อความพ้นทุกข์ เพื่อความสงบเย็นในชีวิต เพื่อรู้แจ้งทางพระนิพพานนั้นแล

ดูก่อนท่านผู้แสวงหาคุณอันใหญ่ จงเป็นผู้ไม่ประมาท ให้มีสติปัญญาอยู่ทุกเมื่อ ทุกขณะลมหายใจเข้าออก ทุกอิริยบท มีความรู้ตัวทั่วพร้อมตลอด อย่าหลงอย่าลืมเจริญมหาสติปัฏฐานสี่อย่าได้ขาด ให้จิตมีงานทำ มีฐานที่ตั้งในธรรมอุบายอย่างใดอย่างหนึ่ง ตลอดทุกคืนวันให้พิจารณาเห็นกายในกาย เห็นเวทนาในเวทนา เห็นจิตในจิต เห็นธรรมในธรรม ทุกขณะจิตเห็นแจ้งด้วยความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนเป็นอนัตตา ทุกสิ่งทุกอย่างที่เป็นสัพพธาตุสังขารที่เกิดขึ้นในโลกนี้มีเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้นแล้วดับไป ไม่ควรไปสำคัญมั่นหมายสิ่งใดทั้งที่เลวประณีต ที่เป็นอดีตและอนาคตปัจจุบัน ทั้งที่ใกล้และที่ไกล ทั้งข้างในและข้างนอกทุกสิ่งเป็นอนัตตาหาสาระไม่ได้ ให้เจริญวิปัสสนาญานให้เกิดขึ้นในดวงจิต รู้แจ้งว่าสัตว์สังขารทั้งปวงรูปธาตุนามธาตุทั้งสิ้น ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นด้วยประการทั้งปวงให้

เข้าใจธรรมชาติ ธรรมดาของทุกสิ่งที่เกิดขึ้นในโลกธาตุจักวาลนี้ เป็นอันหนึ่งเดียวกัน ธรรมชาติคือเราที่สมมติขึ้นและเราก็คือธรรมชาติอันมีธาตุผสมกันประกอบกัน เกิดขึ้นมีธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ อากาศ และวิญญาณประกอบกันมีจิตกรรม อุตุ อาหารเป็นเหตุให้เกิดและความเสื่อมไป สิ้นไปดับไป ในที่สุดทุกสิ่งคืนสู่ความเป็นธาตุเดิม ในโลกนี้มีสภาวะธรรมชาติทุกสิ่งต่างก็อาศัยซึ่งกันและกัน ธรรมะสัจจะความเป็นจริงมีในทุกสิ่งมองให้เห็นเป็นธรรมะทั้งนั้น สอนเราอยู่ทุกขณะ ธรรมชาติท้องฟ้ามหาสมุทร ดิน น้ำ ลม ไฟ อากาศ ต้นไม้ ภูผา แม่น้ำ สัตว์ มด ปลวก นก หนู สัตว์สังขารที่มีวิญญาณและหาวิญญาณมีได้ ต่างก็ประกาศสัจจธรรมความจริงให้แก่เราว่า ทุกสิ่งทั้งปวงเป็นไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สุญญตา ตถตาเท่านั้น ธรรมะนิยามะตะที่ปรากฏอยู่ตามธรรมดาธรรมชาติเท่านั้น ในโลกธาตุจักรวาลนี้มีแต่ธาตุมีแต่ธรรมเท่านั้น เมื่อโพธิจิตดวงปัญญาเกิดขึ้นจิตตื่นรู้แจ้งสภาวะสัจจธรรมแล้ว จิตย่อมปล่อยวางไม่ปรุงแต่งสังขาร เพราะอวิชชาดับไปสังขารจึงดับ

เมื่อสังขารดับไปวิญญาณย่อมดับ เมื่อวิญญาณดับไป นามรูปจึงดับ เมื่อนามรูปดับไปสฬายตนะย่อมดับ เมื่อสฬายตนะดับไปผัสสะย่อมดับ เมื่อผัสสะดับเวทนาจึงดับไป เมื่อเวทนาดับตัณหาย่อมดับไป เมื่อตัณหาดับอุปาทานย่อมดับ เมื่ออุปาทานดับไปภพจึงดับ เมื่อภพดับไปชาติจึงดับ เมื่อชาติดับ ชรา พยาธิ มรณะ ทุกขโทมนัส ทุกข์โศกนาๆ ย่อมดับไป ไม่มีส่วนเหลือจึงถึงซึ่งความดับรอบแห่งกองทุกข์ในวัฏฏะดังนี้แล

ดูก่อนท่านผู้แสวงทางแห่งอมตะ จงเป็นผู้มีความศรัทธาตั้งมั่นและความเพียรมุ่งมั่น ไม่ท้อถอยในกุศลธรรมทั้งหลาย และมีสติตั้งมั่นดูกายดูใจตลอด มีความตั้งจิตมั่นชอบไม่หวั่นไหวด้วยโลกธรรม ไม่ติดสุขติดทุกข์รู้แจ้งด้วยจิตว่า ธรรมทั้งหลายไม่ควรยึดมั่นถือมั่นเพียงแต่อาศัยธรรมเป็นแพข้ามฝั่งแห่งโอฆะอันมีกามโอฆะ ภาวโอฆะ ทิฏฐิโอฆะ อวิชชาโอฆะที่สี่ประการนี้เป็นห้วงน้ำใหญ่ในวัฏฏสงสาร ทำให้วนเวียนเปลี่ยนไปในภพน้อยภพใหญ่อันมีกิเลสวัฏฏะ กรรมวัฏฏะ วิบากวัฏฏะ หาที่สุดไม่ได้ ผู้มีความปรารถนาไปให้พ้น

จากบ่วงมารวัฏฏะทะเลแห่งทุกข์นี้ พึงเป็นผู้มีวิชชามีมหาปัญญา อันแก่กล้าดังเพชร มีใจเด็ดเดี่ยวด้วยการบำเพ็ญธรรมนำตน ให้พ้นจากทุกข์ ให้มีปัญญาวิปัสสนาญาณเห็นแจ้งชัดในรูปนาม ธาตุขันธ์อยตนะสัจจธรรมทุกประการ ให้มีไตรลักษณ์ญาณรู้ แจ้งตามลำดับ แล้วตัดความเสน่หาอาลัยในตัณหาทั้งสาม ควรละ ควรปล่อยสละวางเหตุให้เกิดทุกข์ อันมีกามตัณหา ภาวตัณหา วิภาวตัณหา ให้หมดสิ้นจากจิตสันดาน ให้เห็นโทษ เห็นภัยในกิเลสตัณหา ความอยาก ราคะ โทสะ โมหะ มานะทิฏฐิทั้งหลาย ให้มีวิชชาปัญญาญาณ อันคมกล้าตัดขาด จากจิตใจ ให้มีความน้อมจิตเข้าสู่ธรรมอย่างแยบคายมี โยนิโสมนสิการตลอด มีสติประกอบทุกเมื่อไม่ให้จิตไหลไป ตามกระแสแห่งเพลิงกิเลส เมื่อจิตรู้จิตตื่นเบิกบานอย่างยิ่ง ย่อมมีจิตน้อมไปในสันติวิเวกอมตธาตุนั้นแล

ดูก่อนผู้มีปัญญาทั้งหลาย ทุกสิ่งทุกอย่างทั้งปวง ใน โลกธาตุจักรวาลนี้ ย่อมมีความแตกต่างกันไปตามเหตุปัจจัย เมื่อมีสิ่งที่ร้อนก็ต้องมีเย็น มีสิ่งขมก็ต้องมีหวาน มีดำก็มี ขาว มียาวก็มีสั้น มีมืดก็มีสว่าง มีทุกข์ก็ต้องมีสุข มีความ

ทุกข์ก็ต้องมีทางดับไปแห่งทุกข์เป็นธรรมดา ขอให้ตั้งใจศึกษา ธาตุ ธรรม รูป นาม สังขาร ทุกสิ่งให้รู้แจ้งรวมลงสู่ธรรมชาติธาตุแท้ ธาตุเดิมให้ตั้งใจศึกษาด้วยปัญญารู้แจ้งธรรมชาติ เราอาศัยธรรมชาติแล้วปล่อยวางธรรมชาติ อย่าติดข้องผูกพันธ์กับสิ่งใด จงทำใจให้เข้าถึงธรรมชาติแท้แห่งทุกข์และความดับทุกข์ จงทำใจเหมือนดิน น้ำ ลม ไฟ อากาศ ไม่ติดไม่ข้องกับสิ่งใด ไม่ปรุงแต่งไม่มีมายาเพียงแต่เฝ้าดูด้วยสติปัญญา รู้แจ้งชัดธรรมชาติทุกสิ่งให้เป็นไปตามกฎวิถีธรรมชาติเกิดดับ ทุกสิ่งผ่านมาแล้วผ่านไป รูปก็ยึดเอาไม่ได้ นามยึดเอาไม่ได้ ต่างก็อาศัยกันเกิดดับไป รูปเป็นปัจจัยให้แก่นาม และนามเป็นปัจจัยให้แก่รูป เมื่อจิตรู้แจ้งสัจจะชีวิตความจริงแล้วย่อมคืนทุกสิ่งให้แก่ธรรมชาติ ไม่ติดใจสงสัยอะไร ในโลกทั้งสามจิตเบากายเบาไม่เอาไม่เป็นไม่อิงอาศัยสิ่งใด มีแต่จิตล้วนๆ ธรรมล้วนๆเท่านั้น ไม่มีการเกิดการดับ เป็นอนันตะธาตุ อสังขตธาตุ นิพพานธาตุอันดับสนิทไม่มีเชื้อให้เกิดภพชาติอีกต่อไป จึงถึงซึ่งความดับรอบแห่งทุกข์ดังนี้แล

ฉะนั้นขอให้ท่านทั้งหลาย จงตั้งใจปฏิบัติธรรมสมควร แก่ธรรมที่ถึงได้เห็นแจ้งได้ในชีวิตนี้ เพื่อความอยู่เย็นเป็นสุข ในจิตวิญญาณอันบริสุทธิ์ด้วยมหาโพธิธรรมปัญญาโลกุตระ อมตะนั้นแล ฉะนั้นเราได้กล่าวธรรมะสภาวะปริยายหลาย ประการต่าง ๆ ให้ท่านทั้งหลายได้ทราบเพื่อเป็นข้อคิดคติ สอนใจในการปฏิบัติธรรมนำตนให้พ้นทุกข์ถึงบรมสุขเกษม ยิ่งสันตินิพพานเป็นที่สุด จึงขอยุติธรรมไว้เท่านี้ ขอความ เจริญในธรรจงมีแด่ทุกท่าน ขอให้มีดวงตาเห็นแจ้งสัจจธรรม ในชาติปัจจุบันด้วยเทอญ สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ.

จิตที่คุ้มครองดีแล้วนำสุขมาให้

จิตที่ฝึกดีแล้วนำสุขมาให้ดังนี้
มุนีผู้รู้แจ้งสัจจะย่อมอยู่เป็นสุขในโลกนี้แล
ผู้มีปัญญาพึงรักษาใจให้ห่างไกล
จากกิเลสเป็นเหตุแห่งทุกข์ ดังนี้
ผู้มีสติเฝ้าดูกายและจิต ย่อมพ้นผิด
พ้นภัยในสงสาร พระนิพพานอยู่ไม่ไกล
เมื่อใจเรามีปัญญา ดังนี้แล.

ต่อไปนี้เราขอโอกาสแต้มบันทึกธรรมมีในพระไตรปิฎก เป็นพุทธวจนะที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสเรื่องอริยสัจ ๔ มีใจความดังนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะไม่เห็นอริยสัจ ๔ ตามความเป็นจริง เราตถาคตและเธอทั้งหลายจึงเร่ร่อนไปในชาติทั้งหลายเหล่านั้นตลอดกาลนาน.

บัดนี้อริยสัจ ๔ นี้ เราตถาคตเห็นแล้วตัณหาอันนำไปสู่ภพเราก็ถอนได้แล้ว รากเหง้าของทุกข์ เราถอนทิ้งแล้ว บัดนี้จะไม่มีการเกิดอีกต่อไป ดังนี้ผู้หวังความพ้นทุกข์พึงตั้งใจศึกษาและปฏิบัติตามอธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา ดังนี้แล

ต่อไปจะขอโอกาสนำบทธรรมะที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสแก่พระอานนท์ทรงแสดงธัมมาทาส (แว่นส่องธรรม) ที่พระอริยสาวกสามารถพยากรณ์คติของตนด้วยตนเองได้ คือ ศรัทธาอันมั่นคงในพระรัตนตรัยนั่นเองมีพุทธวจนะดังนี้

ดูก่อนพระอานนท์ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้าว่า แม้เพราะเหตุนี้ๆ พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้นเป็นพระอรหันต์

ตรัสรู้ชอบด้วย พระองค์เองเพียบพร้อมด้วยวิชชา ความรู้ และจรณะ ความประพฤติเสด็จไปดีแล้ว ทรงรู้แจ้งโลกเป็นผู้ฝึกคนที่ควรฝึกอย่างยอดเยี่ยมเป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลายเป็นผู้เบิกบานเป็นผู้จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์ดังนี้ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ประกอบด้วย ความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระธรรมว่า พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว อันผู้ปฏิบัติพึงเห็นเอง ไม่ขึ้นกับกาลเวลาควรน้อมนำมาปฏิบัติด้วยตน อันผู้รู้พึงรู้เฉพาะตน อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระสงฆ์ว่าพระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเป็นผู้ปฏิบัติดีแล้วปฏิบัติตรงตามอริยมรรคปฏิบัติเพื่อออกจากทุกข์ปฏิบัติชอบยิ่งคือ บุคคล ๔ คู่ แบ่งเป็น ๘ ประเภท เป็นผู้ควรของคำนับ ควรของต้อนรับ ควรทำบุญ ควรยกมือไหว้ และเป็นเนื้อนาบุญอันประเสริฐของชาวโลก อริยสาวกเป็นผู้มีศีลที่พระอริยะชอบใจ(อริยกันตศีล) มีศีลไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ด่างไม่พร้อยเป็นไทอันวิญญูชนสรรเสริญ ไม่เกาะเกี่ยวตัณหาและทิฐิ (คือไม่รักษาศีลด้วยความอยาก

และด้วยความยึดถือผิดๆ) มีศีลอันเป็นเพื่อสมาธิจิตตั้งมั่นนี้แลอานนท์ เรียกว่า ธัมมาทาส (แว่นส่องธรรม) สำหรับให้อริยสาวกเมื่อต้องการจะได้ส่องรู้ด้วยตนเองว่า ตนมีตนได้ปิดทางนรกอบายภูมิแล้ว ปิดทางแห่งการเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานแล้ว ปิดทางแห่งกำเนิดเปรตแล้ว ปิดทางอบายทุคติวินิบาตแล้วเป็นพระโสดาบันมีอันไม่ตกต่ำเป็นธรรมดา เที่ยงแท้แน่นอนต่อการตรัสรู้ในภายหน้าดังนี้ คนที่มีธัมมาทาส ที่จะส่องรู้อนาคตของตนได้อย่างมั่นใจ ก็คือคนที่มีศรัทธามั่นในพระรัตนตรัย มีศีลบริสุทธิ์ บรรลุธรรมขั้นโสดาบันผู้ก้าวสู่กระแสพระนิพพาน ผู้ไม่มีทางตกต่ำมีแต่จะก้าวสูงขึ้นไปสู่การตรัสรู้ในที่สุด อันมีพระนิพพานนั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสต่อไปอีกว่า สมาธิที่มีศีลหนุนให้เจริญเต็มที่ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญาที่มีสมาธิหนุนให้เจริญเต็มที่ย่อมมีผลมากมีอานิสงส์มาก ที่ว่ามีผลมาก คือ อานิสงส์มาก คือ มีผลและอานิสงส์ถึงขั้นหลุดพ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ ดังนี้แล

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุบลก็ดี ปทุมก็ดี บุณฑริกก็ดี

เจริญในน้ำขึ้นพ้นน้ำ แต่ไม่ติดน้ำฉันใด ตถาคตเกิดในโลก เจริญในโลก ย่อมอยู่เหนือโลกไม่ติดโลกฉันนั้น ผู้มีจิตสงบ ย่อมพบทางพระนิพพาน

ต่อไปนี้ราขอนำบทธรรมะโอวาทพระพุทธเจ้า ๓ ประการ มาอธิบายให้ท่านทั้งหลายได้ทราบโอวาท คือ คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าในฐานะพระศาสดาผู้มีความเอ็นดูต่อชาวโลก ทรงประกอบด้วยพระมหากรุณาอันใหญ่ ในหมู่สัตว์โลกดุจห้วงมหาสมุทรสุดประมาณ

ทรงแสดงธรรมไว้เป็นปริยายเป็นอันมากแต่เมื่อกล่าวโดยย่อสรุปถึงหลักธรรมที่ต้องปฏิบัติจริงๆ มีเพียง ๓ ประการเท่านั้น คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ไตรสิกขา อริยมรรคมีองค์แปดประการ คือ กุศลธรรมส่วนที่เป็นเหตุเท่านั้น ส่วนที่ต้องลงมือประพฤติปฏิบัติจริงๆนั้นคือ ๑. เว้นจากประพฤติทุจริต คือ การประพฤติชั่วด้วย กาย วาจา ใจ ได้แก่ เว้นไปตามหลักของอกุศลธรรมบถ ๑๐ ประการ คือ เว้นจากการฆ่า การประทุษร้ายต่อชีวิตคนอื่นสัตว์อื่น งดเว้นจากการลักขโมย เอาของคนอื่นและประทุษร้ายต่อทรัพย์สินของคนอื่น งดเว้น

จากการผิดประเวณีลูกเมียผัวคนอื่น งดเว้นจากพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อเหลวไหล มีใจไม่โลภอยากได้ทรัพย์ของคนอื่น ไม่พยาบาทปองร้ายใคร มีความเห็นชอบตามทำนองคลองธรรมสรุป คือ การไม่ทำบาปทั้งปวง ๒. ประพฤติชอบด้วย กาย วาจา ใจ ได้แก่การดำเนินชีวิตบนเส้นทางของกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ นอกจากงดเว้นตามข้อแรกแล้ว ยังต้องประพฤติตนเป็นคนมีเมตตา กรุณา และเลี้ยงชีพด้วยสัมมาชีพสำรวมในเรื่องผิดประเวณี พูดคำสัตย์ คำจริง คำประสานสามัคคี กระชับสามัคคี ส่งเสริมสามัคคี ตามสมควรแก่กรณีของบุคคลที่ตนพูดด้วย พูดจาด้วยจิตเมตตาต่อผู้ฟังที่ฟังแล้วสบายใจ พูดจาข้อความถ้อยคำที่มีประโยชน์ และเว้นจากการดื่มสุรายาเมาสิ่งเสพติดทั้งหลายโดยเด็ดขาด ประกอบด้วยจิตมากไปด้วยความเสียสละ มีความรักเมตตากอปรด้วยสัมมาทิฏฐิเป็นหลักใจตลอด สรุปว่าทำกุศลคือความดีให้สมบูรณ์ ๓. ทำใจตนให้หมดจดจากเครื่องเศร้าหมองใจมีความโลภ ความโกรธ ความหลงเป็นหลัก ด้วยการปฏิบัติ

พัฒนาจิต จิตไปตามหลักสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน มีปัญญารู้เห็นแจ้งตามความเป็นจริง ว่าสรรพสิ่งล้วนแต่เป็นเพียงนามธรรม รูปธรรมเท่านั้น ไม่มีอะไร ใครเป็นของเราเป็นเรา เป็นตัวตนของเราจริง ทุกสิ่งเป็นอนัตตาหาสาระไม่ได้ ปฏิบัติจนจิตเบื่อหน่ายคลายกำหนัดในอารมณ์โลก อยู่ในโลกอย่างไม่มีความยึดมั่นถือมั่นยึดติดกันอะไรๆ อีกต่อไปเข้าถึงโลกุตรธรรมอันหาปัจจัยปรุงแต่งไม่มี อันเป็นคุณลักษณะของผู้รู้ดังที่พระพุทธเจ้าทรงรับสั่งว่า เธอทั้งหลายจงมาดูโลกนี้อันตระการดุจราชรถที่พวกชนเขลาข้องอยู่ แต่พวกผู้รู้หาข้องอยู่ไม่การทำจิตของตนให้ผ่องแผ้วจากสรรพกิเลสสรรพทุกข์อันเป็นผลสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาที่เรียกว่านิพพานนั้นแล จบพระพุทธโอวาท ๓ ประการเท่านี้

ต่อจากนี้จะได้นำข้อธรรมะบทว่าด้วย ควรทำความไม่ประมาทในที่ ๔ สถาน อันว่าความไม่ประมาทเป็นบทสรุปประการหนึ่งของคำสอนในทางพระพุทธศาสนา ความไม่ประมาท คือ การครองชีวิตอย่างสมบูรณ์ คือ การทำ การพูด การคิดอย่างมีสติเข้ากำกับทุกเมื่อไม่มีความหลงลืม

พลั้งพลาด มีความระมัดระวังที่จะไม่ทำพูดคิดในทางทุจริต ผิดศีลธรรมอันดี พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ในที่นี้ ๔ ประการคือ ๑. ไม่ประมาทในการละกายทุจริต คือ การประทุษร้ายต่อชีวิต ทรัพย์สิน คู่ครองของคนอื่น แต่ประพฤติตนอยู่ในสุจริตของทางกายวาจาใจให้มีความเคารพต่อสิทธิในชีวิต ทรัพย์สิน คู่ครองของคนอื่น ๒. ไม่ประมาทในการละวจีทุจริต คือ การพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อเหลวไหล แต่เป็นคนดำรงตนอยู่ในคำสัตย์ คำจริงส่งเสริมสามัคคีกระชับสามัคคี ประสานสามัคคี มีถ้อยคำไพเราะอ่อนหวานจากฐานจิตที่มีเมตตาต่อคนฟัง และพูดถ้อยคำที่คนฟังได้คำตอบว่า ตนได้ประโยชน์อะไรจากการฟัง ๓. ไม่ประมาทในการละมโนทุจริต คือ ละความโลภอยากได้ของคนอื่น ความพยาบาทปองร้ายคนอื่น ความเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม แต่มีจิตที่ประกอบด้วยความไม่โลภอยากได้ของของใครๆ ไม่มีจิตพยาบาทปองร้ายใคร มีความเห็นชอบตามทำนองคลองธรรม ๔. ไม่ประมาทในการละความเห็นผิด คือ เห็นการกระทำไม่เป็นการกระทำ

ผลทั้งหลายไม่ได้มาจากเหตุหรือเห็นว่ากรรมสังสารวัฏ และพระพุทธเจ้าไม่มีเป็นต้น แต่กลับมีความเห็นชอบเป็นสัมมา-ทิฏฐิ คือ เห็นชอบตามทำนองคลองธรรม เช่น เห็นว่าการกระทำทุกอย่างมีผล ผลทั้งหลายล้วนมาจากเหตุและเห็นว่ากรรมมีสังสารวัฏมีและท่านที่รู้แจ้งโลกนี้แล้วสอนให้บุคคลรู้แจ้งตามมีอยู่ในโลกเป็นต้น สรุปแล้ว ทรงสอนให้ครองชีวิตอย่างมีสติสัมปชัญญะ หรือ มีปัญญาเป็นหลัก เพราะความไม่ประมาทก็คือ การครองชีวิตอย่างมีสติปัญญานั้นแล พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญแก่ความไม่ประมาทไว้มาก จนสามารถสรุปว่า ธรรมทั้งปวงรวมลงที่ความไม่ประมาท ความไม่ประมาทจัดเป็นยอดแห่งธรรมทั้งหลาย และความไม่ประมาทกลายเป็นตัวกำหนดคุณค่าชีวิตคน ตามนัยแห่งพระพุทธภาษิตที่ว่า ความประมาทเป็นทางแห่งความตาย ความไม่ประมาทเป็นทางแห่งความไม่ตาย คนประมาทแม้มีชีวิตอยู่ ก็เป็นเหมือนคนตายแล้ว แต่คนไม่ประมาท แม้จะตายไปแล้ว ก็เหมือนคนที่ยังมีชีวิตอยู่ ดังนั้นพระพุทธเจ้าดำรัสครั้งสุดท้ายของพระพุทธองค์ที่รับสั่งก่อนที่จะเสด็จ

ดับขันธปรินิพพาน ณ สาลวโนทยานของมัลลกษัตริย์ ณ เมืองกุสินาราชมพูทวีปจึงทรงสรุปว่า ดูก่อนผู้เห็นภัยในสงสารทั้งหลาย เราขอเตือนเธอทั้งหลายให้ทราบไว้สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงยังความไม่ประมาทให้สมบูรณ์เถิด นี้เป็นพระวาจามีในครั้งสุดท้ายของพระตถาคตเจ้า ดังนี้แล

ฉะนั้น ขอให้ผู้แสวงหาทางพ้นทุกข์ทั้งหลาย จงอย่าประมาทในจิตภาวนาทุกคืนวัน ทุกขณะจิต ทุกลมหายใจเข้าออก มีสติตามดู ตามรู้ทัน ปัจจุบันธรรมเห็นความเกิดดับของรูป นามสังขารแจ้งด้วย ปัญญาญาณแล้ว จิตย่อมสละละวางอาสวะทั้งสิ้น ถึงความดับรอบแห่งกองทุกข์ ดังนี้แล

ผู้มีความเพียรไม่ประมาทในจิตภาวนา
ย่อมพ้นจากบ่วงมาร ดังนี้
ผู้มีปัญญารักษาจิตด้วยความไม่ประมาท
ย่อมถึงสันตินิพพานแล.

ต่อไปนี้จะได้กล่าวข้อธรรมะสัปปุริสบัญญัติ ๓ ประการ ให้ท่านทั้งหลายได้ทราบเพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติในชีวิต เพื่อความสุขความเจริญในธรรมตลอดกาล สัปปุริสบัญญัติจึงเป็นคำสอนประเภทที่สัตบุรุษในอดีตได้บัญญัติขึ้น มีการแนะนำสั่งสอนสืบทอดกันมาจากอดีต เมื่อพระพุทธเจ้าตรัสรู้ทรงเห็นว่าเป็นคำสอนที่มักทรงใช้คำว่าเป็นเบื้องต้นของชีวิตประเสริฐ พระองค์ทรงรับรองว่าเป็นความถูกต้องดีงามในฐานะนั้นๆ จึงทรงนำมาสั่งสอนแก่พุทธบริษัทต่อไป คือ

๑. <u>ทานการให้ปันรู้จักจำแนกแจกทาน</u> เป็นการแสดงออกซึ่งความมีอัธยาศัยไมตรี มีน้ำใจที่เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แสดงความโอบอ้อมอารีต่อคนอื่น ด้วยอาศัยความเมตตากรุณาบ้าง ความเคารพรักบ้าง ความศรัทธาบ้าง แล้วบริจาคทานด้วยการสงเคราะห์อนุเคราะห์ด้วยความรัก ความเมตตาบ้าง ด้วยความกตัญญูกตเวทีบ้างด้วยความศรัทธาในความดีงามของผู้รับบ้างซึ่งการให้ทานนั้น เป็นการผูกไมตรีจิตต่อกัน ทั้งช่วยให้ได้รับผลแห่งบุญกุศล อันอำนวยผลเป็นความสุขความเจริญแก่ตน ทั้งในปัจจุบันและกาลภายหน้าด้วย ดังที่

ทรงแสดงอานิสงส์ของทานไว้ในทานานิสังสสูตรว่า

๑. ผู้ให้ทานย่อมเป็นที่รักที่ชอบใจของคนหมู่มาก

๒. สัตบุรุษผู้สงบย่อมคบหาสมาคมกับผู้ให้ทาน

๓. เกียรติคุณอันดีงามของผู้ให้ทานย่อมขจรไปในที่ทั้งหลาย

๔. ผู้ให้ทานจะไม่เหินห่างจากธรรมของสัตบุรุษ

๕. ผู้ให้ทานเมื่อตายไปแล้วย่อมบังเกิดในสุคติโลกสวรรค์

๒. <u>บรรพชาการออกบวช</u> เป็นอุบายวิธีไม่เบียดเบียนกันและกัน การออกบวชบางครั้ง ท่านเรียกว่า เนกขัมมะ แปลว่าการออกจากกาม เป็นวิถีชีวิตของคนที่ต้องการผลดีงามทั้งในปัจจุบันและกาลภายหน้า จนธรรมเนียมของพราหมณ์ได้แบ่งระยะของชีวิตไว้เป็น ๔ ช่อง คือ พรหมจารี-วัยที่ยังเป็นเด็กต้องทำหน้าที่การศึกษาเล่าเรียน ตามสมควรแก่ฐานะของตระกูล คฤหัสถ์ คือ วัยที่ยังเป็นหนุ่มเป็นสาว จบการศึกษาแล้วครองเรือนมีครอบครัวเป็นหลักเป็นฐาน วนปรัสถ์ เมื่อครอบครัวมั่นคงดีแล้ว หัวหน้าครอบครัวจะออกจาริกแสวง

บุญไหว้สถานที่ศักดิ์สิทธิ์ สนทนาธรรมกับนักบวชหาความเข้าใจในธรรม สันยาสี หากพอใจในเพศนักบวชจะมอบทรัพย์สมบัติของตนให้แก่ครอบครัวแล้วออกบวช เป็นนักบวชประเภทต่างๆตามความศรัทธาของแต่ละคน ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าทรงจำแนกชีวิตของคนใน ส่วนที่เกี่ยวกับการออกบวชไว้เป็น ๔ ประเภท คือ

๑. ไม่ออกทั้งกายและจิต เป็นชีวิตที่หมกมุ่นอยู่ด้วยความสุขในการครองเรือน

๒. กายออก แต่ใจไม่ออกได้แก่ นักบวชประเภทต่างๆ ที่ยังมีความกำหนัดรักใคร่ในทางโลก

๓. ใจออก แต่กายไม่ออก หมายถึง ท่านที่ศึกษาปฏิบัติธรรม ด้วยเพศของชาวบ้าน เหมือนนักบวชภายในบ้าน

๔. ออกทั้งกายและจิต หมายถึง ท่านที่ออกบวชแล้วบำเพ็ญเพียร จนทำให้รอดพ้นจากอำนาจของกิเลสในระดับต่างๆ จนถึงหมดกิเลสไปในที่สุด ถึงพระอริยอรหันต์เป็นที่สุด แม้ว่าการบวชจะมีรูปแบบมีหลักการวิธีการใด เครื่องแต่งกายที่หมายรู้กันว่าเป็นนักบวชก็ตาม แต่เมื่อกล่าวโดย

เจตนารมณ์ แล้วการที่ใครก็ตามสามารถดำรงชีวิตด้วยการไม่เบียดเลียนคนอื่น สัตว์อื่น ด้วยกาย วาจา ใจ คนเหล่านั้นชื่อว่าได้เข้าถึงเจตนารมณ์ของการบวช ที่เน้นไปในการไม่เบียดเบียนตนเองและบุคคลอื่นเป็นประเด็นสำคัญแล้ว เพราะการไม่เบียดเบียน การสำรวมระวัง การฝึกตนคือจุดเน้นของการออกบวช

๓. มาตาปิตุอุปัฏฐานัง การอุปัฏฐากบำรุงมารดาบิดา มารดาบิดานั้น พระพุทธศาสนาได้แสดงสถานะของท่านไว้ในตำแหน่งที่สูงสุดของความเป็นมนุษย์สำหรับผู้ที่เป็นลูกทั้งหลาย เช่น แสดงว่าเป็นมิตร เป็นพระอรหันต์ภายในเรือน เป็นอาจารย์คนแรก เป็นผู้ให้กำเนิดเป็นพระพรหมของลูก เป็นผู้มีใจดี เป็นต้น การบำรุงเลี้ยงดูมารดาบิดาเป็นธรรมประจำโลก การบำรุงเลี้ยงดูมารดาบิดานอกจากจะเป็นการแสดงออกซึ่งความกตัญญูกตเวทีต่อบุพการีของตนแล้ว ยังเป็นการสืบทอดธรรมของมนุษย์ชาติให้ดำรงอยู่คู่โลก และเป็นการสร้างแบบแผนในการครองชีวิตอย่างมนุษย์ให้แก่อนุชนรุ่นหลังได้ถือตามปฏิบัติตามด้วย แม้ในมงคลชีวิตซึ่ง

มีอยู่เพียง ๓๘ ข้อ พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงการอุปัฏฐาก บำรุงมารดาบิดาไว้ในข้อที่ ๑๑ โดยทรงแสดงว่าเป็นอุดม มงคลของมนุษย์และเทวดาทั้งหลาย การบำรุงมารดาบิดา จึงเป็นหน้าที่โดยกำเนิดของลูกทุกคน พระพุทธศาสนาแสดง ลูกไว้เป็น ๓ ประเภท คือ

๑. อวชาตบุตร ลูกที่เกิดมาล้างผลาญพ่อแม่ ทำตระกูล ให้ตกต่ำเสียชื่อเสียง

๒. อนุชาตบุตร บุตรที่เกิดมาแล้วสามารถสืบต่อรักษา สิ่งที่ดีงามของตระกูลไว้ไม่ให้ตกต่ำ

๓. อภิชาตบุตร ลูกที่เกิดมาแล้วเป็นศรี เป็นมิ่งขวัญ ของครอบครัว ตระกูลวงศ์ สามารถสร้างชื่อเสียงเกียรติภูมิ ให้เกิดขึ้นแก่ตระกูลวงศ์อย่างที่ท่านแสดงไว้ว่า มีลูกดีเป็นศรี สง่าหน้าญาติวงศ์พงศาพลอยผ่องใส มารดาบิดาทั้งหลาย ย่อมต้องการบุตรประเภทดำรงวงศ์ตระกูลและเชิดชู ตระกูล ไม่มีพ่อแม่คนใดที่ต้องการลูกประเภทผลาญตระกูล สิ่ง เลวร้ายทั้ง ๓ ประการ คือ ไม่มีลูก ลูกตาย ลูกชั่ว หากให้ มารดาบิดาท่านเลือก ท่านจะเลือกเอาการไม่มีลูกเสียเลย

จะดีกว่า แต่ไม่มีใครที่สมัครใจ เลือกลูกชั่ว ดังนั้นลูกที่กอปรด้วยกตัญญูกตเวที สำนึกรู้คุณของพ่อแม่ในฐานะผู้ให้กำเนิดตนมาจึงได้ชื่อว่าเป็นผู้บังเกิดเกล้า เป็นต้น พระพุทธเจ้าทรงสอนให้อุปัฏฐากบำรุงมารดาบิดาของตน ด้วยการปฏิบัติหน้าที่หลัก ๕ ประการดังนี้ คือ

๑. ท่านเลี้ยงตนมาแล้ว ต้องเลี้ยงท่านตอบ

๒. ช่วยเหลือแบ่งเบาภาระรับใช้การงานของท่าน

๓. ดำรงวงศ์ตระกูลสืบต่อให้มั่นคง

๔. ประพฤติตนให้เป็นคนเหมาะสมแก่การจะรับทรัพย์มรดก

๕. เมื่อท่านทำกาลกิริยาตายไปควรทำบุญอุทิศกุศลให้แก่ท่าน

บางครั้งท่านสรุปความปรารถนาของพ่อแม่ต่อลูกไว้ ๓ ประการ คือ เมื่อแก่เฒ่าหวังเจ้าเฝ้ารับใช้ เมื่อป่วยไข้หวังเจ้าเฝ้ารักษา เมื่อยามจะต้องตายวายชีวา หวังลูกช่วยปิดตายามสิ้นใจ ฉะนั้นการอุปัฏฐากบำรุงมารดาบิดา จึงเป็นการสร้างสิ่งที่เป็นอุดมมงคลแก่ชีวิตของตน เป็นการสืบทอด

ธรรมของสัตบุรุษให้ดำรงคงอยู่ตลอดไป เป็นการทำตนเองให้เป็นแบบอย่างแก่ลูกหลานจะได้ถือตามปฏิบัติตามอันเป็นการช่วยกันหมุนกงล้อแห่งสัปปุริสบัญญัติให้ดำเนินไปอย่างต่อเนื่องอันยาวนานตลอดกาล จบข้อธรรมะบทสัปปุริสบัญญัติ ๓ ประการเพียงเท่านี้ ขอความสุขกายสุขใจ จงมีแด่ทุกท่าน ขอให้เป็นคนกตัญญูกตเวทีทุกๆคน ตราบถึงพระนิพพานด้วยเทอญ

คนดีมีปัญญา ย่อมรู้จักบุญคุณของผู้อื่นเสมอ
ผู้มีเมตตาจิตย่อมอยู่เป็นสุขทุกเมื่อ
ผู้มีศรัทธาและความเพียรย่อมพ้นจากทุกข์ได้ดังนี้
จงรักษาจิตให้ดี มีเมตตาทุกเมื่อสัจจธรรมมีในทุกสิ่ง
ถ้าเรารู้จักมองธรรมชาติ คือเรา และเรา
ก็คือธรรมชาติแท้ๆ ธรรมทุกสิ่งรวมลงด้วยความไม่ประมาท
ผู้มีปัญญาเฝ้าดูจิตไม่หลงผิด ติดใจในตัณหาละอวิชชา
อุปาทานพ้นสงสารถึงพระนิพพานเป็นสุขยิ่งจริงแท้เอย

สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

ต่อไปนี้เราขอโอกาสแต้มบันทึกธรรมะบทว่าด้วยธรรมยานนำสู่ความสุขความเจริญสวัสดีแก่ชีวิตหรือจักร ๔ ประการนั้นแล ธรรมดาแล้วมนุษย์เรานับตั้งแต่ปฏิสนธิในครรภ์มารดามา ชีวิตแต่ละชีวิตได้ผ่านการต่อสู้มามาก ลองผิดลองถูกมามากนัก กว่าจะเดินทางสู่จุดสูงสุดของแต่ละชีวิต เพื่อให้ชีวิตของผู้ใฝ่ดีดำเนินไปดีมีความสุข ความสงบเป็นผลจะได้นำธรรมกลุ่มหนึ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงแสดงไว้ในรูปของอุปการธรรมที่นำชีวิตให้สู่ความสำเร็จ ความสุข ความสวัสดี ตราบถึงความพ้นทุกข์อันมีพระนิพพานเป็นที่สุดนั้นแล

หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนากลุ่มนี้ เปรียบเหมือนยานพาหนะที่สามารถนำพาบุคคลผู้ต้องการจะไปสู่สถานที่ตนปรารถนาได้ตามต้องการ แต่มีข้อแม้ว่าบุคคลจะต้องปฏิบัติไปตามหลักธรรมที่ทรงแสดงไว้กุศลธรรม ส่วนเหตุทั้งปวงจึงมีลักษณะเป็นมรรคธรรม คือ ทางดำเนินที่คนต้องเดินไปตามนั้นจึงจะประสพผลสำเร็จ ตามที่ทรงแสดงไว้ในกรณีนั้นๆจักร ๔ คำว่า จักร คือ ธรรมอันเป็นประดุจ

ยานพาหนะที่สามารถนำพาบุคคลไปสู่ความเป็นใหญ่ไพบูลย์ด้วยผลดีงามตามที่ตนต้องการ เช่น ลาภ ยศ สรรเสริญ ความสุขอันเป็นฝ่ายโลกธรรมที่ทุกชีวิตต้องการตราบถึงความพ้นทุกข์เป็นที่สุด จักรทั้ง ๔ ประการนั้นคือ

๑. ปฏิรูปเทสวาสะ การอยู่ในประเทศที่สมควรคำว่าประเทศที่สมควร โดยความหมายที่สมบูรณ์ หมายถึงประเทศสถานที่ซึ่งมีพระรัตนตรัยปรากฏอยู่ อันสามารถเป็นเหตุปัจจัยให้บุคคลได้ยอมรับนับถือพระรัตนตรัยแล้ว ปฏิบัติตนตามหลัก ธรรมคำสอนช่วยให้ได้รับผลแห่งการศึกษาปฏิบัติไปตามลำดับ แต่เนื่องจากสถานที่เป็นสภาพแวดล้อมภูมิอากาศที่ดีที่เป็นเหตุปัจจัยสนับสนุนให้คนมีความเจริญก้าวหน้าในฐานะอาชีพการงานนั้นๆ ได้ทั้งทางโลกและทางธรรม ดังนั้นคำว่าประเทศอันสมควรจึงหมายถึงประเทศสถานที่ที่ใกล้ทาง มีการไปมาสะดวก สบาย ปลอดภัย สามารถศึกษาเล่าเรียนประกอบธุรกิจ งานอาชีพ การศึกษาและการปฏิบัติธรรมเป็นต้น ได้สะดวกสบายย่อมได้ชื่อว่าเป็นประเทศคือสถานที่อันสมควร หรืออย่างที่พูดกันว่ามีทำเล

ดี มีฮวงจุ้ยดีนั้นเอง

ข้อ ๒ ต่อไปคือสัปปุริสูปัสสยะ คบหาสมาคมกับท่านผู้รู้ที่เป็นสัตบุรุษคือคนดี คำว่า สัตบุรุษ หมายถึงคนดีมีความสงบกาย ทางวาจา ทางใจ ไม่ทำพูดคิดในทางที่ไม่ดีทุจริตผิดศีลธรรม เป็นผู้ปรารถนาความสุข ความเจริญแก่ตน ควรคบหาสมาคมกับท่านที่เป็นสัตบุรุษหรือบัณฑิต เพราะนั้นคืออุดมมงคลชีวิตของตนประการหนึ่ง การคบหมายถึง การปลูกฝังศรัทธาในท่านสัตบุรุษ แล้วเข้าไปหาท่านฟังคำชี้แจงแนะนำพร่ำสอนของท่าน ขณะฟังก็ฟังด้วยความเคารพเงี่ยหูลงฟัง พิจารณาข้อความที่ตนกำลังฟังด้วยความสนใจ ความตั้งใจที่จะยึดถือเอาสิ่งที่เป็นสาระประโยชน์จากท่าน จนสามารถสร้างหลักร่วมทางความคิดให้เกิดปัญญา และร่วมปฏิบัติตามคำสั่งสอนของท่าน เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดของการดำเนินชีวิต เพื่อความสิ้นทุกข์หมดทุกข์นั้นแล

๓. อัตตสัมมาปณิธิ ตั้งตนไว้ในทางที่ชอบธรรม คือการปฏิบัติตนตามคำสั่งสอนแนะนำของสัตบุรุษทำตนเป็น

คนดี ด้วยการมีศรัทธา มีศีล มีความเพียร พยายามเป็นต้น หมายรวมถึง การปฏิบัติตนเหมาะแก่ฐานะตำแหน่ง หน้าที่ ชั้น ยศ กาล สถานที่ เพศ วัย ความรับผิดชอบของตน เป็นต้น เช่นในฐานะที่เป็นพ่อแม่ของลูกทำตนอย่างไร เรียกว่า ตั้งตนไว้ในทางที่ชอบธรรมของผู้เป็นพ่อเป็นแม่ ตนเป็นลูก ตั้งตนต่อพ่อแม่อย่างไร จึงจะได้ชื่อว่าเป็นลูกที่ดีอีกประการหนึ่ง เราเป็นประชาชนที่ดีมีความกตัญญูต่อประเทศชาติ บ้านเมืองและสถาบันพระมหากษัตริย์ ปฏิบัติตนอยู่ในศีลธรรมอันดีไม่ให้เดือดร้อนวุ่นวายและไม่เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่น สรุปว่าสามารถสร้างจิตสำนึกถึงฐานะของตนแล้ว ปฏิบัติตนให้เหมาะสมแก่เหตุผล ความเหมาะสมยุติธรรม ความควรแก่กาละเทศะ กลุ่มคน บุคคล กฎ กติกาที่ตน เกี่ยวข้องในขณะนั้นๆ พึงให้อยู่ในกรอบของศีลธรรม อันมีขันติและเมตตานำหน้าจึงจะสำเร็จผลในชีวิตดังนี้

๔. ปุพเพกตปุญญตา ความเป็นผู้มีบุญอันได้กระทำไว้ในกาลก่อน คำว่าบุญในกาลก่อนนั้น หมายถึง การเก็บการสะสมความดีงามไว้จากอดีตกาลอันยาวนาน ที่เรียกว่า

บารมี คือ การเก็บการสะสมความดี สิ่งที่ดีมีการให้ทาน รักษาศีล ภาวนา การศึกษาธรรมะและแม้การได้รับการฝึกปรืออบรมมาดีในกาลก่อนที่ตนจะมาพบท่านสัตบุรุษ เพราะผลของความดีในอดีตนั้นเอง จะสร้างลักษณะนิสัย ความโน้มเอียงที่จะกระตุ้นให้มีความชื่นชมยินดีในคนดี คือ สัตบุรุษ และได้เกิดในสถานที่ดี มีตระกูลที่เอื้อเฟื้อต่อความเจริญก้าวหน้าในด้านนั้น ๆ บุญที่ทำไว้ในกาลก่อนจึงเป็นปัจจัยสนับสนุนที่สำคัญ จนกลายเป็นแรงผลักดันให้เกิดธรรม ๓ ประการ คือ การได้เกิดและได้อยู่ในประเทศสถานที่ที่เหมาะสมการคบหาสมาคมกับสัตบุรุษ การตั้งตนไว้ในทางที่ชอบจึงเป็นสิ่งที่ต้องเกี่ยวโยงกันและกันเกิดขึ้น ข้อนี้พึงสังเกตดูคนที่เกิดร่วมสมัยพระพุทธเจ้าเป็นอันมาก ที่กลายเป็นทัพพีตักแกง แต่ไม่รู้รสชาดของแกง หรืออยู่ในฐานะที่พูดกันว่า ใกล้เกลือกินด่าง เพราะขาดบุญที่ทำไว้ในกาลก่อนสนับสนุนนั้นเอง คุณธรรม ๔ ประการนี้ พึงสังเกตว่าการอยู่ในประเทศที่สมควรการทำบุญไว้ในกาลก่อน และการคบหากับท่านสัตบุรุษเป็นปัจจัยสนับสนุนประการที่

สำคัญ คือ ความสามารถตั้งตนไว้ในทางที่ของบุคคลนั้นๆ ชื่อว่าเป็นหัวใจในการที่จะนำพาบุคคลนั้นให้ก้าวหน้าเดินไปสู่ความสุข ความเจริญ ทั้งในส่วนของคดีโลกและคดีธรรม คำว่าจักรก็คือหมายถือ ล้อ คือ ธรรมทั้ง ๔ ประการนี้เป็นเหมือนรถสี่ล้อที่จะต้องอาศัยกันและกัน และหมุนไปด้วยกัน สามัคคีกัน จึงจะสามารถนำบุคคลผู้ปฏิบัติตามให้ได้รับผลดีงาม ดังได้กล่าวมานี้แล บทธรรมสอนจักรทั้ง ๔ ประการจบเท่านี้แล สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

ต่อไปจะได้กล่าวบทธรรมวุฒิ ๔ ประการให้ท่านทั้งหลาย ทราบต่อไปเพื่อเป็นแนวทางการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เพื่อความสุข ความเจริญของท่านทั้งหลายตลอดกาล วุฒิ ๔ ธรรมอันเป็นเหตุแห่งความเจริญ หรือเพิ่มพูนให้เกิดความเจริญมากยิ่งขึ้น จากที่มีความเจริญระดับหนึ่งมาก่อนแล้ว พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ในรูปของความเป็นเหตุปัจจัยที่ต้องอิงอาศัยกัน ประสานสัมพันธ์และสนับสนุนกันเช่นเดียวกับจักรทั้ง ๔ ดังกล่าวแล้ว วุฒิธรรม ๔ ประการ คือ ๑. สัปปุริสสังเสวะคบหาสมาคมกับท่านสัตบุรุษ คือการร่วมหลักความคิดที่ดี ร่วมกิจกรรมร่วมผลประโยชน์กับคนดีมีปัญญาเป็นบัณฑิตดังกล่าวแล้ว

๒. สัทธัมมัสวนะ ฟังคำสั่งสอนของท่านด้วยความเคารพฟังอย่างไรเรียกฟังด้วยความเคารพข้อนี้ทรงแสดงไว้ในที่ต่างๆเหมือนกันว่าบุคคลผู้มีศรัทธาในสัตบุรุษแล้วเข้าไปนั่งใกล้แล้วให้ฟังคำสอนของท่าน ขณะฟังให้เงี่ยหูลงฟัง คือฟังด้วยความตั้งใจ มีใจจดจ่ออยู่กับเสียงที่ท่านเปล่งออกมาพร้อมกับกำหนดเนื้อหาสาระจากคำสอน จนเกิดความรู้

ความเข้าใจแจ่มแจ้งในคำสอนนั้นๆ ปัจจุบันนี้เราศึกษากันด้วยการอ่านคำสอนของท่านสัตบุรุษอยู่เป็นอันมาก หากอ่านด้วยความเคารพ คือ ให้ความสำคัญแก่ข้อความที่ตนกำลังอ่าน ใช้วิธีอ่านด้วยการใช้ตาดูตัวหนังสือ พร้อมด้วยวรรคตอน ปากอ่านออกเสียงจนตนเองได้ยินชัด ใจกำหนดข้อความที่ตนเห็นอ่านได้ยินไปด้วย ย่อมจะช่วยให้เกิดความจำเพิ่มความรู้ความเข้าใจมากยิ่งขึ้นกว่าปกติ

๓. โยนิโสมนสิการ นำเรื่องเหล่านั้นมาพิจารณาด้วยอุบายวิธีอันแยบคายได้แก่การนำเอาคำสอน ที่ฟังอ่านมาพิจารณาอย่างสมเหตุสมผลจำแนกแยกแยะออกไปให้ชัดเจนว่าอะไร เป็นอะไรดี ดีหรือชั่วถูกหรือผิด ควรหรือไม่ควรมองจากเหตุดึงไปหาผลโยงจากผลกลับมาที่เหตุได้ พิจารณาเห็นถึงสิ่งที่ตรงกันข้ามกับสิ่งที่ตนได้ฟังได้อ่านมา มองเห็นลักษณะคล้ายคลึง ความแผกเพี้ยน ความเกี่ยวเนื่องถึงกันหรือ ความเป็นเหตุเป็นปัจจัยของกันและกันจนสามารถเชื่อมโยงเข้ากับกาลทั้งสามคืออดีต อนาคต ปัจจุบัน ใช้อดีตเป็นบทเรียน มาประพฤติปฏิบัติตามสมควรแก่กรณีของ

สิ่งนั้นในปัจจุบัน ใช้อดีตปัจจุบันเป็นตัวเชื่อมโยงไปสู่อนาคต มีความคิดเป็นระบบที่สมเหตุสมผล จนสามารถใช้ประโยชน์จากความดีและความชั่วของคนอื่น ของตนเอง เป็นบทเรียนในการเว้นการประพฤติได้เพื่อความสุข ความเจริญไพบูลย์ในชีวิตต่อไปนั้นแล

๔. ธัมมานุธัมมปฏิปัตติ การประพฤติธรรมสมควรแก่ธรรม เป็นการกระทำที่ต่อเนื่องมาจากการคบสัตบุรุษ การฟังคำสอนของท่านแล้ว นำมาคิดอย่างเป็นระบบมีกฎเกณฑ์ของการคิดจนสามารถมองเห็นคุณโทษของสิ่งเหล่านั้น แล้วนำธรรมะเหล่านั้นมาประพฤติปฏิบัติ ซึ่งมักทรงใช้คำว่าปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบยิ่ง ปฏิบัติตามธรรมจากกลุ่มธรรมที่ได้กล่าวมาแล้ว จะพบว่ากลุ่มธรรมที่ปรากฏการณ์ธรรมชาติที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไปต้องศึกษาพิจารณาใช้ประโยชน์โดยไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรมากเกินไป กลุ่มธรรมของกิเลสประเภทต่างๆ ทรงสอนให้บรรเทาสงบระงับดับไปตามกำลังความสามารถ กลุ่มที่เป็นผลดีงามทั้งหลาย ปลูกฝังความพอใจที่จะได้รับผลเช่นนั้น อันเป็นความสุขความสงบคือ พระ

นิพพานนั้นแล กลุ่มที่เป็นกุศลธรรมส่วนเหตุนำมาลงมือประพฤติปฏิบัติให้เหมาะสมแก่กลุ่มธรรม องค์ธรรม ทั้งเหมาะสมแก่เหตุผลฐานะของตน กาลเทศะ ความเหมาะความควร กลุ่มคนบุคคลโดยพยายามตั้งปัญหาแล้วหาคำตอบให้ได้ว่า ปฏิบัติอะไร? ปฏิบัติอย่างไร ปฏิบัติไปแล้วตนเองและบุคคลอื่นจะได้ประโยชน์อะไร? ข้อที่ควรตระหนักพิเศษก็คือ ธรรมะนั้นเปรียบเหมือนยาการปฏิบัติธรรมจึงเป็นเหมือนคนป่วยรับประทานยา จะต้องมีความเข้าใจทั้งประเภทของยา ขนาดการใช้ เวลาที่ใช้ยา โดยผลจากการรับประทานยาจะต้องออกมาเป็นการหายจากโรค ผลจากการปฏิบัติธรรมจะต้องออกมาเป็นความสุข ความเจริญ การเพิ่มพูน ความดีงามด้านต่างๆขึ้นมาตามลำดับ อย่างน้อยที่สุด ความชั่วต้องลดลงไปจากจิตสันดานของตน วุฒิธรรม ๔ ประการนี้มีลักษณะอิงอาศัยกันและกัน สนับสนุนกัน ส่งเสริมกันเช่นเดียวกับจักรธรรม ๔ ประการนั้นแล กล่าวบทธรรมวุฒิ ๔ จบเพียงเท่านี้ ขอความเจริญในธรรม จงมีแต่ทุกท่านตราบถึงความดับทุกข์ ถึงอมตะสุขเกษมยิ่งพระนิพพานนั้นแล

สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

ต่อจากนี้ไปเราขอโอกาสแต้มบันทึกข้อธรรมะอันว่าด้วย อิทธิบาท ๔ ประการ ให้ท่านทั้งหลายได้ทราบ ดังนี้ อิทธิบาท คือ คุณธรรมที่จะนำผู้ประพฤติปฏิบัติให้ประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตนประสงค์ซึ่งไม่เหลือวิสัยที่อาจใช้ความเพียรพยายามทำให้เกิดขึ้นได้มิใช่เป็นความเพ้อฝันที่ไม่มีโอกาสจะประสบความสำเร็จได้ คุณธรรมกลุ่มนี้ทรงเรียกว่า อิทธิบาท มี ๔ ประการ คือ

๑. ฉันทะ ความพอใจรักใคร่ยินดีในสิ่งนั้น ใครจะทำอะไรก็ตามจะต้องมีความพอใจเป็นฐานของจิตที่จะให้ดำเนินชีวิตไปบนเส้นทางที่ตนพอใจ ความพอใจจึงมีได้ทั้ง ๔ กลุ่มธรรมดังกล่าวแล้ว คือ มีความพอใจที่จะปรับจิตให้รับความจริง พอใจที่จะลดละเลิกบรรเทาความชั่วประเภทต่างๆ พอใจในผลดีงามที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ และพอใจในธรรมอันเป็นเหตุให้ตนสามารถดับกิเลสและความทุกข์ได้ ถ้าขาดความพอใจแล้วอย่างอื่นจะเกิดขึ้นมาไม่ได้ แม้แต่จะรับประทานอาหารก็ต้องอาศัยความพอใจในอาหารเป็นจุดเริ่มต้นของการรับประทาน ถ้าเริ่มตรงนี้ไม่ได้ผลจาก

อาหาร ในขั้นตอนอื่นก็เกิดขึ้นไม่ได้ ความพอใจจึงหมายรวมถึงความรัก ความยินดี ความศรัทธา ความเมตตา ความเคารพ ความจงรักภักดี เป็นต้น ซึ่งพร้อมที่จะเป็นจุดเริ่มต้น เป็นแรงผลักดัน เพื่อให้เกิดความเพียรพยายามไปสู่เป้าหมายในเรื่องนั้นๆ ให้สำเร็จผลต่อไป

๒. วิริยะ ความเพียร พยายามหมั่นประกอบกระทำในสิ่งนั้นๆ คำว่า วิริยะ ได้แก่ความกล้าหาญไม่ครั่นคร้ามขามเกรงต่ออุปสรรคอันตรายต่างๆ มองเห็นโทษของความเกียจคร้านมองเห็นอานิสงส์ของความเพียรแล้วมีความคิดริเริ่ม มีความบากบั่นทำงานด้วย ความหมั่นขยันไม่ทอดทิ้งภารกิจนั้นๆเสียในระหว่างทำงานที่ตนจะต้องทำงานที่จรมาด้วยความเอาจริงเอาจัง มุ่งผลสำเร็จของการงานเหล่านั้นเป็นเป้าหมายที่ตนจะต้องรับผิดชอบ และดำเนินไปให้ถึง เมื่อกล่าวโดยขอบข่ายของความเพียร คงอยู่ในโครงสร้างของความเพียรในการป้องกันความชั่วไม่ให้เกิดขึ้น ละความชั่ว ทำความดี และรักษาความดีเอาไว้ซึ่งบุคคลจะต้องกระทำทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ เพื่อให้ความพอใจของตน

มีผลตอบสนองตามที่ได้ตั้งใจไว้นั้นแล

๓. จิตตะ เอาใจฝักใฝ่สนใจในกิจการงานนั้นๆ ไม่ทอดธุระ การเอาใจฝักใฝ่สนใจอย่างจริงจังในสิ่งที่ตนได้ปลูกฝังความพอใจ และกำลังใช้ความพยายามอยู่ไม่ทอดทิ้งธุระเหล่านั้น มีความแน่วแน่ มั่นคงอยู่กับภารกิจนั้น อันเป็นลักษณะของการปฏิบัติภารกิจตามหน้าที่ของตนด้วยความแน่วแน่มุ่งมั่น มั่นคงไม่หวั่นไหว จนกว่าจะประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตนประสงค์ กำลังจัดการ กำลังทำอยู่ในขณะนั้นๆ แต่ก็อยู่ในความพอดี พอควร ตามทางสายกลางไม่ยิ่งหย่อนเกินไปนั้นแล

๔. วิมังสา การไตร่ตรองพิจารณาหาเหตุผลในสิ่งนั้น วิมังสาเป็นอาการของปัญญา ที่ใช้ในลักษณะใคร่ครวญพินิจพิจารณาก่อนที่จะทำ ก่อนที่จะพูด ก่อนที่จะปลูกฝังความพอใจ ในขณะใช้ความพยายามและแม้แต่ความแน่วแน่ ในกรณียกิจนั้นๆ วิมังสาจึงจะต้องใช้ทุกขั้นตอน ทุกขณะของการปฏิบัติการภารกิจ การศึกษาเล่าเรียน การปฏิบัติธรรมทั้งชั้นศีล สมาธิ และปัญญา ทุกขั้นตอนของการทำงาน

ไม่ว่าจะเป็นชั้นวางแผน ประเมินผล ลงมือทำปรับปรุง เปลี่ยนแปลงแก้ไข ล้วนต้องอาศัยวิมังสาเป็นหลัก สำคัญนั้นคือ การดำรงชีวิตอย่างใช้สติปัญญา ทุกขั้นตอนของชีวิตจนได้ชื่อว่าเป็นชีวิตที่ประเสริฐนั้นเอง คุณธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ มีลักษณะหมุนหนุนช่วยกันอย่างต่อเนื่อง โดยมีปัญญาหรือวิมังสาคอยตรวจสอบ ความยิ่งความหย่อนของการงานพร้อมที่จะปรับปรุงแก้ไขไปตามควรแก่กรณี เมื่อทำได้อย่างนี้ความสำเร็จในสิ่งที่ตนต้องการก็จะบังเกิดขึ้น สมควรแก่เหตุกรณีที่ประกอบกระทำเสมอจนตราบถึงความหลุดพ้นจากวัฏฏสงสาร อันมีพระนิพพานเป็นที่สุดนั้นแล เราได้กล่าวบทธรรมอิทธิบาท ๔ ประการ จบเพียงเท่านี้ สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

ต่อไปนี้เราขอโอกาสแต้มบันทึกธรรมะที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงแสดงเป็นส่วนมาก คือ ธรรมอภิญญาเทสิตธรรม คือ ธรรมที่ทรงแสดงเพื่อความรู้ยิ่ง ทรงแสดงบ่อยที่สุดได้แก่

๑. สติปัฏฐาน ๔ คือ

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ตั้งสติกำหนดพิจารณากายในกาย ให้รู้เห็นตามความเป็นจริง

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ตั้งสติกำหนดดูเวทนาในเวทนา ความรู้สึกต่างๆให้รู้เห็นตามความเป็นจริง

๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ตั้งสติกำหนดพิจารณาดูจิตในจิตให้รู้เห็นตามความเป็นจริง

๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมในธรรมให้รู้เห็นตามความเป็นจริง

๒. สัมมัปปธาน ๔ ประการ คือ ความเพียรที่ถูกต้อง

๑. สังวรปธานเพียรระวังมิให้บาปอกุศลเกิดขึ้น

๒. ปหานปธานเพียรละบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว

๓. ภาวนาปธานเพียรทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

๔. อนุรักขนาปธานเพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้ว

<u>๓. อิทธิบาท ๔ คือ</u>

๑. ฉันทะ ความพอใจในสิ่งนั้น

๒. วิริยะ พากเพียรพยายาม

๓. จิตตะ เอาใจฝักใฝ่ในสิ่งนั้น

๔. วิมังสา ใช้ปัญญาไตร่ตรองในธรรม

<u>๔. อินทรีย์</u> ธรรมที่เป็นใหญ่ในหน้าที่ของตนเป็นใหญ่ให้ถึงความสำเร็จของตนมี ๕ ประการดังนี้ คือ

๑. ศรัทธา ความเชื่อที่ถูกต้อง

๒. วิริยะ ความพากเพียร

๓. สติ ความระลึกได้

๔. สมาธิ ความตั้งจิตมั่นชอบ

๕. ปัญญา ความรู้เห็นสัจจะตามความเป็นจริง

<u>๕. พละธรรม</u> ทั้ง ๕ ประการมีดังนี้ คือ

๑. สัทธาพลัง กำลังคือ ศรัทธาความเชื่อมั่น

๒. วิริยะพลัง กำลังคือ ความพากเพียร

๓. สติพลัง กำลังคือ สติความระลึกได้

๔. สมาธิพลัง กำลังคือ สมาธิความตั้งจิตมั่น

๕. ปัญญาพลัง กำลังคือ ปัญญาความรู้แจ้งสัจจะ

<u>๖. โพชฌงค์ธรรม</u> เป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้ ๗ ประการ คือ

๑. สติความระลึกได้รู้ตัวทั่วพร้อม และรวมสัมปชัญญะด้วย

๒. ธัมมวิจยะ ความเฟ้นธรรม ความสอดส่องค้นธรรม

๓. วิริยะ ความพากเพียรอย่างยิ่ง

๔. ปีติ ความอิ่มใจ

๕. ปัสสัทธิ ความสงบกายสงบใจ

๖. สมาธิ ความมีจิตตั้งมั่นแน่วแน่ในอารมณ์

๗. อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง เพราะเห็นสัจจะความเป็นจริง

<u>๗. มรรค</u> แนวทางปฏิบัติเพื่อตรัสรู้ ๘ ประการคือ

๑. สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ คือ เข้าใจอริยสัจ ๔ เห็นไตรลักษณ์รู้กุศลอกุศล รู้ปฏิจจสมุปบาท เป็นต้น

๒. สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ คือ ดำริออกจากกามไม่พยาบาทไม่เบียดเบียน

๓. สัมมาวาจา มีวาจาชอบ คือ วจีสุจริต ๔ เป็นต้น

๔. สัมมากัมมันตะ การกระทำการงานชอบ คือ กายสุจริต ๓ เป็นต้น

๕. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ คือ เว้นมิจฉาชีพ ประกอบด้วยสัมมาชีพ

๖. สัมมาวายามะ พยายามชอบ คือ สัมมัปปธาน ๔ นั้นแล

๗. สัมมาสติ ความระลึกชอบ คือ เจริญสติปัฏฐาน ๔ ดังกล่าวข้างต้น

๘. สัมมาสมาธิ ความตั้งจิตมั่นชอบได้แก่ ฌานทั้ง ๔

<u>อริยธรรม</u> คือ ธรรมที่ประเสริฐ ธรรมของผู้เจริญ

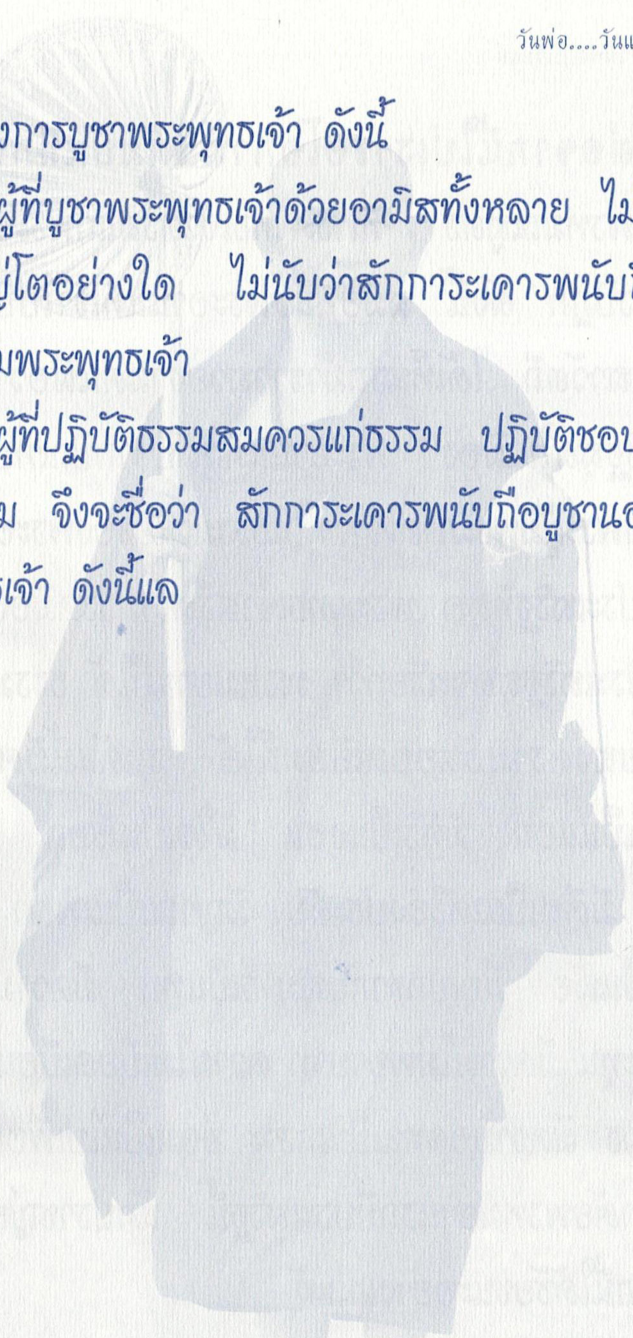
๑. ศีล ศีลหรือวินัยสำหรับฝึกฝนอบรมความประพฤติทางกาย วาจา ใจ

๒. สมาธิ คือ การฝึกฝนอบรมจิตใจให้ตั้งมั่น

เพื่อให้เกิดคุณธรรมสูงๆ ขึ้นต่อไป

๓. ปัญญา การฝึกฝนอบรมปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้แจ้ง

๔. วิมุตติ ความหลุดพ้นจากกิเลส และกองทุกข์ทั้งมวลนั้นแล ต่อไปจะได้นำบทธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนภิกษุทั้งหลายมิให้ประมาทในชีวิต มีใจความว่าดังนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย คนทั้งหลาย ทั้งเด็ก ทั้งผู้ใหญ่ ทั้งพาล ทั้งบัณฑิต ทั้งมั่งมี ทั้งขัดสน ล้วนมีความตายเป็นเบื้องหน้า เหมือนภาชนะดินที่นายช่องหม้อกระทำแล้ว ทั้งเล็ก ทั้งใหญ่ ทั้งสุก ทั้งดิบ ทุกชนิด มีความแตกต่างเป็นธรรมดา มีความแตกเป็นที่สุดฉันใด ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายก็ฉันนั้น วัยของเราแก่หง่อมแล้วชีวิตของเราเหลือน้อย เราจะจากพวกเธอไป เรากระทำที่พึ่งแก่ตนแล้ว ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงเป็นผู้ไม่ประมาท มีสติ มีศีลอันดีเถิด จงเป็นผู้มีความดำริตั้งมั่นดีแล้ว ตามรักษาจิตของตนเถิด ผู้ใดจักเป็นผู้ไม่ประมาทอยู่ในธรรมวินัยนี้ ผู้นั้นจักละการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏสงสาร ทำที่สุดทุกข์ ได้ดังนี้



ตรัสเรื่องการบูชาพระพุทธเจ้า ดังนี้

๑. ผู้ที่บูชาพระพุทธเจ้าด้วยอามิสทั้งหลาย ไม่ว่ามากมายใหญ่โตอย่างใด ไม่นับว่าสักการะเคารพนับถือบูชานอบน้อมพระพุทธเจ้า

๒. ผู้ที่ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบปฏิบัติตามธรรม จึงจะชื่อว่า สักการะเคารพนับถือบูชานอบน้อมพระพุทธเจ้า ดังนี้แล

ต่อจากนี้ไปเราขอโอกาสแต้มบันทึกธรรมะที่ชื่อว่า พรหมณสูตร ที่พระพุทธเจ้าตรัสแก่พระอานนท์ในพระไตรปิฎก ดังนี้ สมัยหนึ่งพระอานนท์เข้าไปบิณฑบาตในกรุงสาวัตถี ได้เห็นรถม้าขาวสวยงามคนลือว่าเป็นรถที่ประเสริฐสุดในเมือง พระอานนท์กลับจากบิณฑบาตเข้าไปทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า ในธรรมวินัยของพระองค์มียานอะไรที่ประเสริฐที่สุด พระพุทธเจ้าตรัสว่ามรรคมีองค์ ๘ นี้แหละประเสริฐสุดจะเรียกว่า พรหมยานก็ได้ ธรรมยานก็ได้รถพิชัยสงครามอันยอดเยี่ยมก็ได้ รถคันนี้มีศรัทธากับปัญญาเป็นแอก มีหิริเป็นงอน มีใจเป็นเชือก มีสติเป็นสารถี มีศีลเป็นเครื่องประดับ มีญาณเป็นเพลา มีความเพียรเป็นล้อ มีอุเบกขากับสมาธิเป็นทูบ มีความไม่อยากเป็นประทุน มีความไม่พยาบาท ความไม่เบียดเบียนและวิเวกเป็นอาวุธ มีความอดทนเป็นเกราะ ย่อมเป็นไปเพื่อเกษมจากโยคะอาศัยพรหมยานรถที่ประเสริฐนี้ นักปราชญ์ย่อมออกจากโลกนี้ได้ชัยชนะอย่างแน่แท้

ต่อไปเป็นธรรมกัลยาณมิตรสูตรที่ ๑ พระพุทธเจ้าตรัสว่า เมื่อพระอาทิตย์ขึ้นย่อมมีแสงเงินแสงทอง เป็นนิมิตมาก่อน ความมีมิตรที่ดีก็เป็นบุพนิมิตของอริยมรรคมีองค์แปด เช่นเดียวกัน

ต่อไปเป็นบทธรรมโยนิโสมนสิการสัมปทาสูตรที่ ๒ พระพุทธเจ้าตรัสว่า เมื่อพระอาทิตย์จะขึ้นย่อมมีแสงเงินแสงทองเป็นนิมิตมาก่อนความมีโยนิโสมนสิการ (คิดอย่างรอบคอบแยบคาย) ก็เป็นนิมิตแห่งอริยมรรคมีองค์แปด เช่นเดียวกัน

ต่อไปเป็นบทธรรมนทีสูตร พระพุทธเจ้าตรัสถามพระสาวกทั้งปวงว่า แม่น้ำคงคาที่ไหลอยู่นั้น ใครจะห้ามทำให้มันกลับได้หรือไม่ เมื่อพระสาวกทั้งหลายกราบทูลว่าไม่ได้จึงตรัสตอบไปว่า ภิกษุผู้เจริญอริยมรรคมีองค์แปดก็เช่นกัน ไม่มีใครสามารถหวนกลับได้ เธอไม่มีทางลาสิกขาไปเป็นคฤหัสถ์ เพราะจิตของเธอ น้อมไป เอนเอียงไป โน้มไปสู่วิเวกเสียแล้ว

ต่อไปจะได้กล่าวบทธรรมโพชฌงคสังยุตต์ ประมวล

เรื่องโพชฌงค์ ๗ ในหลายแง่มุมต่างๆ เช่น ผู้เจริญโพชฌงค์เป็นใหญ่ในธรรมทั้งปวงโพชฌง์ ๗ ไม่มีนอกพระพุทธศาสนา พระมหากัสสปะเถระและพระโมคคลานะอาพาธและพระพุทธเจ้าหายจากโรคาพาธเพราะฟังสวดโพชฌงค์ คนที่ไม่เจริญโพชฌงค์เรียกว่า คนไม่มีปัญญาเป็นคนอนาถา เป็นต้น ในที่นี้ขอยกมากล่าวเพียงบางสูตรให้ทราบ

๑. กายสูตร ตรัสถึงอาหารที่หล่อเลี้ยงนิวรณ์ ๕ และโพชฌงค์ ๗ ดังนี้ การนึกถึงแต่เรื่องสวยงาม (สุภนิมิต) เป็นอาหารของกามฉันทะ การนึกแต่เรื่องที่ทำให้ขุ่นเคืองใจ ปฏิฆะนิมิตเป็นอาหารของพยาบาท การนึกแต่เรื่องไม่ยินดี เกียจคร้าน บิดขี้เกียจ เมาอาหารและเรื่องที่ทำให้ใจหดหู่ เป็นอาหารของถีนมิทธะ การนึกแต่เรื่องที่ไม่สงบจิต เป็นอาหารของอุทธัจจะกุกกุจจะ การพิจารณาโดยรอบคอบว่าธรรมใดดีหรือไม่ดี มีโทษ หรือไม่มีโทษเลวหรือประณีต เป็นอาหารของธัมมะวิจยสัมโพชฌงค์ การพิจารณาโดยรอบคอบในความดำริริเริ่ม พยายามบากบั่น เป็นอาหารของวิริยะ-สัมโพชฌงค์ การพิจารณาโดยรอบคอบซึ่งธรรมเป็นที่ตั้ง

ของความอิ่มใจเป็นอาหารของปีติสัมโพชฌงค์ การพิจารณาโดยรอบคอบ ซึ่งความสงบกายสงบจิตเป็นอาหารของปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ การพิจารณาโดยรอบคอบซึ่งสมาธินิมิต อัพยัคคนิมิตเป็นอาหารของสมาธิสัมโพชฌงค์ การพิจารณาโดยรอบคอบซึ่งธรรมเป็นที่ตั้งแห่งการวางเฉย เป็นอาหารของอุเบกขาสัมโพชฌงค์จบ บทธรรมอาหารของโพชฌงค์ ๗ เพียงเท่านี้

ต่อไปจะกล่าวบทธรรมชราสูตร พระอานนท์กราบทูลว่า เดี๋ยวนี้พระฉวีวรรณของพระองค์ไม่ผุดผ่อง เหมือนก่อน พระตจะหนังเหี่ยวย่น พระวรกายค้อมไปข้างหน้า พระอินทรีย์ (ตาหู) แปรปรวน พระพุทธเจ้าตรัสว่า เป็นของธรรมดา อานนท์ ในความเป็นหนุ่มก็มีความแก่ ในความไม่มีโรคก็มีโรค ในชีวิตก็มีความตายเป็นธรรมดา ดังนี้

ต่อไปจะได้กล่าวบทธรรมสัมมัปปธานสังยุตต์ สัมมัปปธาน ๔ คือ เพียรป้องกันบาปอกุศล เพียรละบาปอกุศล เพียรเจริญกุศลธรรม เพียรรักษากุศลธรรม กล่าวว่าสัมมัปปธาน ๔ นี้ จะเจริญได้ดีต้องอาศัยพื้นฐานเหมือนคน

จะทำงานที่ต้องใช้แรงทุกอย่าง จะสำเร็จได้ต้องอาศัยแผ่นดินจะทำนาทำไร่ สำเร็จก็ต้องมีที่นามีไร่ เป็นต้น ดังนี้

ต่อไปจะได้กล่าวบทธรรมพลสังยุตต์ธรรม ที่เป็นพลังคือ ศรัทธาวิริยะสติสมาธิปัญญา กล่าวว่า พละธรรมทั้ง ๕ ทำให้บรรลุพระนิพพานละสังโยชน์ได้ ดังนี้แล

ต่อไปจะกล่าวบทธรรมลักษณะของมหาบุรุษ

๑. ปฏิบัติเพื่อประโยชน์สุขแก่คนหมู่มาก

๒. ให้คนหมู่มากประดิษฐานอยู่ในญายธรรม อันประเสริฐ ค่อ กัลยาณธรรมและกุศลธรรม

๓. ชำนาญในทางแห่งการตรึก คือ คิดหรือไม่ คิดเรื่องใดๆ ได้ตามปรารถนา

๔. ได้ฌาน ๔ ทำให้แจ้งเจโตวิมุติ ปัญญาวิมุติ อันไม่มีอาสวะ ดังนี้แล

ผู้มีธรรม ๔ ประการ ไม่มีทางเสื่อม

๑. สมบูรณ์ด้วยศีล

๒. สำรวมอินทรีย์ (ระมัดระวังการแสดงออกทางประสาทสัมผัสด้วยมีสติทุกเมื่อ

๓. รู้จักประมาณในการบริโภคอาหารกิน

๔. มีความพากเพียรพยายามตื่นตัวตื่นใจในกุศลธรรมทุกเมื่อธรรม ๔ ประการนี้ใคร ปฏิบัติตามไม่มีทางเสื่อม ดังนี้แล

ต่อไปขอกล่าวบทธรรม มุนิสูตร พรรณาลักษณะของบุคคลที่เรียกว่า มุนี เช่น ผู้ที่ตัดกิเลสที่เกิดขึ้นได้ เพราะไม่ปลูกกิเลสขึ้นในใจอีก ไม่ยอมให้มันไหลเข้าไปในใจอีกปราศจากกำหนัดยินดีในรูปและนาม ไม่ก่อกรรมถึงฝั่งโน่น (คือพระนิพพานครอบงำสิ่งทั้งปวงรู้แจ้งสิ่งทั้งปวงมีปัญญาไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวง หลุดพ้นเพราะสิ้นตัณหาเรียกบุคคลนั้นว่าเป็นมุนี ดังนี้แล

ต่อนี้ไปจะขอกล่าวบทธรรมะ พึงกำหนดรู้ด้วยอภิญญา ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมเหล่าไหนพึงกำหนดรู้ด้วยอภิญญาได้แก่สิ่งที่เรียกว่า อุปาทานขันธ์ ๕ กล่าวคือ รูปอุปทานขันธ์ เวทนาอุปาทานขันธ์ สัญญาอุปาทานขันธ์ สังขารอุปาทานขันธ์ วิญญาณอุปาทานขันธ์ ธรรมเหล่าไหนพึงละด้วยอภิญญา? ได้แก่อวิชชาและภวตัณหา ธรรมเหล่าไหน

พึงทำให้เกิดมีเจริญด้วยอภิญญาได้แก่วิชชาและวิมุติ ภิกษุทั้งหลายพวกเธอถูกถามอย่างนี้แล้วพึงตอบชี้แจงแก่เหล่าอัญเดียรถีย์ปริพาชกเหล่านั้นอย่างนี้ว่า แนะท่านผู้มีอายุทั้งหลาย

๑. ธรรมทั้งปวงมีฉันทะเป็นมูล

๒. ธรรมทั้งปวงมีมนสิการเป็นต้นเกิด

๓. ธรรมทั้งปวงมีผัสสะเป็นที่ก่อตัวขึ้น-เป็นเหตุ

๔. ธรรมทั้งปวงมีเวทนาเป็นที่ประชุม-ที่รวมลง

๕. ธรรมทั้งปวงมีสมาธิเป็นประมุข

๖. ธรรมทั้งปวงมีสติเป็นใหญ่

๗. ธรรมทั้งปวงมีปัญญาเป็นยอดยิ่ง

๘. ธรรมทั้งปวงมีวิมุตติเป็นแก่นสาร

๙. ธรรมทั้งปวงมีอมตะเป็นที่หยั่งลง

๑๐. ธรรมทั้งปวงมีนิพพานเป็นสุดท้าย

ต่อนี้ไปจะนำบทธรรมโลกสูตรมากล่าวให้ท่านทั้งหลายได้ทราบ มีภิกษุรูปหนึ่งทูลถามพระพุทธเจ้าว่าที่เรียกว่าโลกๆนั้นได้แก่อะไร พระพุทธองค์ตรัสว่าที่เรียก

ว่า โลกเพราะจะต้องแตกสลาย จักษุแตกสลาย รูปแตกสลาย จักษุวิญญาณแตกสลาย จักษุสัมผัสแตกสลาย สุขเวทนา ทุกขเวทนา หรือทุกขมสุข เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะจักษุสัมผัสเป็นปัจจัยแตกสลาย ฯลฯ ใจแตกสลาย ธรรมารมณ์แตกสลาย มโนวิญญาณแตกสลาย สุขเวทนา ทุกขเวทนาหรืออทุกขมสุขเวทนาที่เกิดขึ้น เพราะมโนสัมผัสเป็นปัจจัยแตกสลายที่เรียกว่า โลก เพราะจะต้องแตกสลายอย่างนี้ จบโลกสูตรโดยย่อ ดังนี้แล

ต่อไปจะนำบทธรรมสุญญสูตรมากล่าวให้ทราบดังนี้ พระอานนท์ทูลถามว่า ที่ว่าโลกว่างๆนั้นว่างจากอะไร พระ-พุทธองค์ตรัสว่า ที่เรียกว่าโลกว่างๆ เพราะว่างจาก "ตัวฉัน จักษุว่างเปล่า รูปว่างเปล่า จักษุวิญญาณว่างเปล่า จักษุ-สัมผัสว่างเปล่า สุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา ที่เกิดขึ้นเพราะจักษุสัมผัสเป็นปัจจัยก็ว่างเปล่าจากตัวฉัน จากของฉัน ฯลฯ ใจ ธรรมารมณ์ มโนวิญญาณ มโนสัมผัส สุขเวทนา ทุกขเวทนา หรืออทุกขมสุขเวทนาที่เกิดขึ้นเพราะมโนสัมผัสเป็นปัจจัยก็ว่างจากตัวฉัน ของฉัน ฉะนั้นจึง

เรียกว่างเปล่าจบสุญญสูตรเพียงเท่านี้

ต่อจากนี้ไปจะได้นำบทธรรม กัมมสูตรให้ทราบดังนี้ พระพุทธเจ้าทรงแสดงกรรมเก่า กรรมใหม่ และทางดับกรรม ในแนวที่ต่างจากที่แสดงในที่อื่น คือ กรรมเก่า หมายถึง ตา หู จมูก ลิ้น กายใจ กรรมใหม่ หมายถึง กรรมที่บุคคลกระทำทางกาย วาจา และ ใจ ในบัดนี้ ทางดับกรรม คือ อริยมรรคมีองค์แปดดังนี้ จบสูตร อันแสดงด้วยกรรมเท่านี้แล

ต่อไปขอโอกาสแต้มบันทึกธรรมบทบางประการการให้ท่านทั้งหลายได้ทราบดังนี้ ธรรมบทที่

(๖๙) เราขอบอกแก่ท่านทั้งหลาย ขอท่านทั้งหลายผู้มาประชุมนุมกัน ณ ที่นี้จงมีความเจริญ ขอให้ท่านทั้งหลายขุดรากเหง้า ตัณหาเหมือนถอนรากหญ้ารก อย่าปล่อยให้มารรังควาญบ่อยๆ เหมือนกระแสน้ำพัดโคนต้นอ้อ ฉะนั้น

(๗๐) เหล่าสัตว์มีแต่โสมนัสชุ่มชื่นด้วยรักเสน่หาซาบซ่านในกามารมณ์ทั้งปวง พวกเขาใฝ่แสวงหาแต่ความสุขสันต์หรรษา ก็ต้องเกิดต้องแก่อยู่ร่ำไป

(๗๑) ธรรมทานชนะการให้ทุกอย่าง รสพระธรรมชนะรสทั้งปวง ความยินดีในธรรมชนะความยินดีทุกอย่าง ความสิ้นตัณหาชนะทุกข์ทุกอย่าง

(๗๒) จงปล่อยวางทั้งอดีต ปัจจุบัน และอนาคตไปให้ถึงที่สุดภพ เมื่อใจหลุดพ้นจากทุกอย่างแล้ว พวกเธอจะไม่มาเกิดจะไม่มาแก่อีกต่อไป

(๗๓) ผู้ไม่ยึดมั่นโดยประการทั้งปวงว่า กูของกู ไม่ว่าในรูปหรือนาม เมื่อไม่มีก็ไม่เศร้าโศกเข้าผู้นั้นแหละ เรียกได้

ว่าเป็นภิกษุ

(๗๔) ภิกษุผู้อยู่ด้วยเมตตาเลื่อมใส ในพระศาสนา พึงบรรลุสภาวะอันสงบเป็นสุข และระงับสังขารทั้งหลาย

(๗๕) ภิกษุเธอจงวิดน้ำออกเรือนี้ เมื่อวิดน้ำออกหมดแล้ว เรือจักแล่นเร็วทำลายโมหะ โทสะ ราคะ เสียแล้ว เธอจักไปถึงพระนิพพาน

(๗๖) ถึงจะเป็นภิกษุหนุ่ม แต่อุทิศเพื่อพระพุทธศาสนา ท่านย่อมส่องโลกนี้ให้สว่างเหมือนพระจันทร์พ้นจากเมฆ

(๗๗) พระอาทิตย์สว่างกลางวัน พระจันทร์สว่างกลางคืน นักรบสง่างามเมื่อยามสวมเสื้อเกราะเตียมรบ พราหมณ์สง่างาม เมื่อเข้าฌานพระพุทธเจ้าสง่างามทั้งกลางวันและกลางคืน สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามินิพพานังปรมังสุขัง ผู้มีศรัทธา ปัญญาและความเพียร ย่อมพ้นจากทุกข์ในวัฏฏสงสาร

จงเฝ้าดูกายและใจให้สะอาดปราศจากมลทิน
สิ่งเศร้าหมองคือกิเลสเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ดับตัณหา
ได้เป็นสุขอย่างยิ่ง

ต่อจากนี้ไปเราขอโอกาสท่านผู้รู้ทั้งหลายและพ่อแม่
ครูบาอาจารย์ทุกๆท่าน เราขอกล่าวข้อธรรมะสภาวะธรรม คติสอนใจผู้ใฝ่พระนิพพานทั้งหลายได้ทราบ เราท่านทั้งหลาย มีบุญกุศลที่สุดที่ได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนา คำสั่งสอน เป็นอมตะให้พ้นจากทะเลทุกข์คือ การเวียนว่ายตายเกิดใน สังสารวัฏนี้ และพวกเรามีบุญอย่างยิ่งที่ได้มาเกิดใน ประเทศไทยอันเป็นประเทศที่อุดมสมบูรณ์ และมีองค์พระ มหากษัตริย์เป็นประมุข และทรงเป็นอุปถัมภ์ในพระพุทธ-ศาสนาอีกด้วย ทรงเป็นพระมหาราชาที่ทรงธรรมอย่าง ประเสริฐยิ่ง ทรงเป็นพระมหากษัตริย์เหนือกษัตริย์ทั้งหลาย ทรงเป็นพระมหาจักรพรรดิ์เหนือจักรพรรดิ์ทั้งหลาย ทรงมี พระมหาเมตตามหากรุณาอันใหญ่หลวง ทรงมีพระคุณอันหา ประมาณมิได้พระคุณ ของสมเด็จพ่อแห่งแผ่นดินไทย จะหา ไหนเหมือนพระคุณพ่อหลวงในดวงใจ ยิ่งใหญ่กว่าท้องฟ้า มหาสมุทรสุดจะพรรณาได้ ทรงประกอบด้วยพระจริยาวัติ อันแสนงดงามดังพระมหาโพธิสัตว์เจ้าองค์หนึ่งเหมือน ดังพระพุทธเจ้าองค์หนึ่ง ซึ่งมีพระมหากรุณาธิคุณหาประมาณ

มิได้ทรงตั้งมั่นในทศพิศราชธรรมทุกประการ ทรงมีพระปรีชาสามารถปกครองแผ่นดินโดยเมตตาธรรม นำประเทศชาติบ้านเมืองร่มเย็นเป็นสุขมาโดยตลอด ทรงมีพระวิริยะอุสาหะทรงงานพระกรณีกิจน้อยใหญ่ ทรงมีความรักห่วงใยพกสนิกรประชาอาณาราษฎร์เหมือนพ่อของทุกคนทุกชีวิตได้รับความร่มเย็นเป็นสุข อยู่ดีกินดีมีสุขถ้วนหน้า ทั้งคนจนยาก ไร้อนาถา พ่อค้า ราชการ ทุกหมู่เหล่า ทั้งพระสงฆ์องค์เจ้าสมณะ ชี พราหมณ์ เถร องค์เณร ทุกรูป ทุกนามต่างก็ได้พึ่งพระบารมีโพธิสมภารมหาราชทุกเช้าค่ำวันคืนได้สืบทอดธรรมะทายาท ในบวรพระพุทธศาสนามาโดยตลอด

บัดนี้เป็นมงคลวโรกาสที่องค์พระบาทสมเด็จพระมหากษัตริย์ตราธิราชเจ้า ทรงมีพระชนมายุครบรอบแปดสิบสี่พรรษาในปี พ.ศ. ๒๕๕๔ ปีนี้ที่เป็นมงคลสมัยอย่างยิ่ง ข้าพระพุทธเจ้าทั้งหลายต่างก็แซ่ซ้องสาธุการ ยินดีปรีดาปราโมทย์อย่างสุดซึ้ง ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณหาประมาณมิได้ จึงขอน้อมเกล้าน้อมกระหม่อมถวายพระพรชัยมงคล อันประเสริฐอันเกิดจากดวงใจบริสุทธิ์ ขอทรงพระเจริญ ทรงมีพระพลามัย สมบูรณ์ แข็งแรง มีพระเกษมสำราญ ขอทรงมีพระชนมายุยิ่งยืนนาน ขอทรงเป็นร่มโพธิ์ทองผองชาวไทยในสยามประเทศสุวรรณภูมิอุดมเขตไปตลอดกาลด้วยเทอญ

เมตตาถวายพระพรชัยมงคล

โดย พระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร

สำนักสงฆ์ถ้ำมหาโพธิสัตว์ราชคฤห์ เมืองงาว จ.ลำปาง

พร้อมด้วยคณะศรัทธาญาติธรรมลูกศิษย์ทุกๆคน

ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาอันล้นเกล้าล้นกระหม่อมหาประมาณมิได้ ทีฆายุโก โหตุ มหาราชา มหาราชินี

อโรคยา ปรมา ลาภา สันตุฐีปรมัง
ธนัง วิสาสปรมาญาตินิพพานัง
ปรมัง สุขัง สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ
ปัญญาเป็นแสงสว่างในโลก ผู้มีมีขันติและความเพียร
ย่อมพ้นจากทุกข์ได้ ดังนี้แล

เราชาวไทยทุกคนโชคดีที่สุดที่มีในหลวงสมเด็จพ่อแห่งแผ่นดิน ฉะนั้นขอให้ทุกคนทุกดวงจิตทุกวิญญาณ ทุกรูปนาม จงตั้งจิตให้ดีมีสติ ทุกเมื่อ ขอให้เป็นคนกตัญญูรู้พระคุณขององค์สมเด็จพ่อผู้มีพระมหากรุณาธิคุณสุดประมาณมิได้ ทรงเป็นเนติแบบอย่างที่ดีเลิศ อันหาใครจะเสมอเหมือนมิได้ ทรงนำคำสอนของพระพุทธเจ้ามาประยุกต์ใช้และสอนให้ปวงประชาได้ปฏิบัติตามแนวเดินสายกลางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ให้มีพอกินพออยู่ได้ไม่ลำบากยากจนและตั้งมั่นอยู่ในหลักยุติธรรม ไม่ให้เบียดเบียน

ตนเอง และผู้อื่นไม่ให้เดือดร้อนสับสนวุ่นวายอะไร ทรงนำคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามาสอนการดำเนินชีวิตแบบธรรมชาติ และรักษาธรรมชาติสิ่งแวดล้อม รู้จักใช้ธรรมชาติให้เกิดประโยชน์และดูแลรักษาธรรมชาติไม่ให้ทำลายธรรมชาติทุกสิ่งไม่ว่าจะเป็นดิน ฟ้า อากาศ ป่าไม้ ภูเขา เถาวัลย์ ต้นหญ้า ห้วยหนอง คลองบึง ทุกสิ่งมีคุณต่อสัตว์มนุษย์ทุกดวงจิต ทุกชีวิต ทุกวิญญาณธาตุขันธ์ ต่างก็อาศัยธรรมชาติเกิดขึ้น ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นในโลกธาตุจักรวาลนี้ มีคุณมีประโยชน์แก่ทุกชีวิต ทุกวิญญาณเป็นธรรมชาติ อันหนึ่งเดียวกัน เราคือธรรมชาติและธรรมชาติคือเรา ที่สมมติอันมีดิน น้ำ ลม ไฟ อากาศ วิญญาณ ประกอบกันขึ้นบนโลกนี้ ถ้าเข้าใจธรรมชาติย่อมรู้แจ้งถึงสัจจธรรม ทุกสิ่งต่างก็เกิดขึ้นตามเหตุและปัจจัยเกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไปตามกฎธรรมชาติ คือ อนิจจัง ทุกขังอนัตตาสูญญตา ตถาตาเป็นเช่นนั้นเอง ในโลกธาตุจักรวาลนี้มีหลายมิติ หลายสภาวะซับซ้อน และบางสิ่งไม่อาจรู้เห็นได้ด้วยตาเปล่า ต้องมีตาใน ตาปัญญา วิชชาจึงจะรู้แจ้งถึงสัพพธาตุสังขารทั้งปวง ตามสัจจะความจริง

ขอให้ตั้งใจศึกษาและปฏิบัติธรรมะสภาวะสัจจะตามธรรมชาติ ทุกสิ่งทุกอย่างสอนเราประกาศสัจจธรรมให้เราตลอดทุกหนทุกแห่งทุกขณะจิตทุกลมหายใจเข้าออก ถ้าเราใช้สติปัญญาพิจารณาโดยรอบคอบแล้วจะรู้ทราบถึงธรรมชาติธาตุทุกสิ่ง คือ ธรรมะสัจจะสอนเราและประกาศความจริงให้เราทราบตลอด ที่เราไม่รู้ถึงสัจจธรรมเพราะว่าอวิชชาปิดบังและจิตเราไม่ว่าง มีสังขารปรุงแต่ง มีตัณหา มานะทิฏฐิ จึงไม่รู้แจ้งในสัจจธรรมชาติได้ เมื่อใดยามใดอวิชชาดับไป วิชชาปัญญาจึงเกิดขึ้นแสงสว่างแห่งโพธิจิตเกิดขึ้น จิตรู้ จิตตื่น จิตเบิกบาน จิตรู้แจ้ง จิตสละจิตละวางทางแห่งความทุกข์ จิตสงบระงับดับเย็น เห็นแจ้งสัจจธรรม จิตไม่ปรุงแต่งสังขาร รูป นาม ก็ดับหมดตัณหาอุปาทานดับไม่มีที่ตั้ง ภพ ชาติ ชราพยาธิ มรณะ ทุกโศกนานา ก็ดับไปสิ้นไม่มีส่วนเหลือเข้าถึงอสังขตธาตุ อนันตธาตุ สูญญตธาตุ อนิมิตตธาตุ พระนิพพานนั้นแล

ดูก่อนผู้แสวงหาสัจจธรรมทั้งหลาย ในโลกธาตุจักรวาลนี้ไม่มีอะไรอีกแล้วที่จะเป็นที่พึ่งอันสูงสุดในชีวิต เราอันจะยิ่ง

ไปกว่าพุทธรัตนะ ธรรมรัตนะ สังฆรัตนะ ย่อมไม่มีเมื่อเราประพฤติชอบด้วย กาย วาจา ใจ อยู่ตลอด พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ก็ประทับอยู่ในใจเรา ประทับติดในชีวิตจิตวิญญาณของเราอยู่ตลอดทุกขณะ ทุกลมหายใจเข้าออก เมื่อเรามีสติรู้ตัวทั่วพร้อม ทุกเมื่อ ทุกอิริยาบท ยืน เดิน นั่ง นอน เรามีผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ประจำจิตจึงได้ชื่อว่าเข้าถึงพระพุทธเจ้าเป็นจิตผู้รู้โพธิจิตหรือพุทธะภาวะ โพธิภาวะ มีแต่จิตล้วนๆ ไม่มีมายาเป็นจิตสะอาด เป็นประภัสสร ไม่มีโลภ ไม่มีโกรธ ไม่มีหลง ไม่มีความเห็นผิด ความมานะถือตัวอะไรทั้งสิ้น เข้าถึงธรรมชาติแห่งธาตุแท้อันว่างอย่างยิ่งอันดับทุกข์โดยรอบ ไม่มีปัจจัยปรุงแต่ง ไม่มีการเกิดการตายนั้นแล ฉะนั้นทุกท่านจงตั้งจิตอุทิศตนให้แก่การปฏิบัติธรรมเพื่อความดับไปสิ้นไปแห่งวัฏฏทุกข์ ในชาติปัจจุบันที่รู้ได้เข้าถึงได้ไม่เหลือวิสัย ถ้าเราตั้งใจปฏิบัติจริง มรรคผลนิพพานมีอยู่แค่เอื้อมมือเรานี้เอง จงใช้ปัญญาและความเพียรนำหน้า มีขันติเมตตาตลอด มีสัจจะและจาคะเป็นสิ่งนำทางมีวิชชาวิมุตติเป็นที่สุด มีนิพพานเป็นปริโยสานอัน

สุขเกษมอย่างยิ่งนั้นแล ผู้ประพฤติธรรมสมควรแก่ธรรม ย่อมดับทุกข์ได้ดังนี้แล

ดูก่อนท่านผู้มีปัญญาทั้งหลาย จงเป็นผู้ไม่ประมาทในชีวิตอยู่เถิด ชีวิตนี้ไม่แน่นอนความตายมีแน่นอนแก่เรา ทุกชีวิต ทุกดวงจิต ทุกวิญญาณ ทุกรูปนาม ทุกธาตุขันธ์ สังขาร ไม่เที่ยง มีแต่ทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนบังคับไม่ได้ ไม่อยู่ในอำนาจของใครในโลกนี้ ไม่มีใครเป็นเจ้าของทุกสิ่งเกิดขึ้น ตั้งอยู่ชั่วขณะ แล้วก็ดับลับหายตายไป ตามลำดับสัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรมที่ตนทำไว้ กรรมเป็นผู้ตกแต่งแบ่งสัตว์มนุษย์ให้ดีมีสุขและมีทุกข์ต่างๆ นาๆ ได้เกิด ตาย ว่ายเวียน เปลี่ยนไปในภพน้อยภพใหญ่ นับไม่ถ้วนเอนกชาติ น่าเบื่อหน่ายที่สุดในวัฏฏสงสารนี้ ผู้มีปัญญาพึงแสวงหาสัจจธรรมนำตนให้พ้นทุกข์การเกิดแก่เจ็บตาย จงรีบขวนขวายหาทางออกแห่งวัฏฏะ จงสละทุกสิ่งทุกอย่าง อย่าห่วงหาอาลัยในสิ่งใดในโลกสมมุติมายานี้ จงละตัณหาความอยากให้หมดสิ้น ดับอวิชชาและอุปาทานที่นำไปสู่ภพ จงใช้มหาปัญญาวิปัสนา-ญาณให้รู้แจ้ง รูปธรรม นามธรรม รูปธาตุ นามธาตุ เกิดดับ

พึงยินดีในวิเวกสันตินิพพาน จงสละวางขันธ์ห้าอุปาทานให้หมด จงลดมานะทิฏฐิ ความถือตัวให้ทำจิตใสเหมือนดวงแก้ววิเศษ ทำใจเหมือนดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่ยินดียินร้ายในอารมณ์โลกธรรมทั้งหลาย จงทำจิตว่างเหมือนอากาศเข้าถึงเมฆะ จิตไม่ติดข้องเกี่ยวพันธ์กับสิ่งใดทำใจเป็นกลางวางทุกอย่าง ทั้งสุข ทั้งทุกข์ เห็นแจ้งอนัตตาธรรม จิตเบากายเบา ไม่เอา ไม่มี ไม่เป็นอะไรทั้งสิ้น จิตไม่มีอาลัยในสัตว์สังขารทุกสิ่งถึงซึ่งความดับสนิทแห่งทุกข์ทั้งปวง ดังนี้แลอันว่าธรรมดาแล้วในโลกนี้ต้องสิ่งมีเหตุปัจจัย ปรุงแต่งเกิดขึ้นตามสภาวะธรรมชาติ ขอให้ตั้งใจศึกษาปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันตามธรรมชาติให้รู้แจ้งทั้งคดีโลก คดีธรรม จงตั้งตนไว้ชอบอยู่ในศีลธรรมอันดี มีความไม่ประมาทและเป็นคนกตัญญูรู้คุณของพ่อแม่ครูบาอาจารย์ รู้คุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ รู้คุณแผ่นดินประเทศชาติบ้านเมือง รู้คุณแห่งสถาบันพระมหากษัตริย์ให้มีจิตอ่อนน้อม ถ่อมตน มีจิตอ่อนโยนเป็นคนสุขุมเยือกเย็น มีไมตรีจิต ช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ จำแนกแจกทานประกอบด้วย เมตตา กรุณา

มุทิตา อุเบกขา จงใช้ชีวิตให้คุ้มค่ารักษาเวลาและหน้าที่การงานที่ตนรับผิดชอบ ทั้งทางโลก ทางธรรมตั้งตนไว้ชอบและอย่าปล่อยโอกาสเวลานาทีอันมีค่า ผ่านไปโดยไร้ประโยชน์รีบเก็บเกี่ยวเอากำไรชีวิตให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ไม่ปล่อยจิตใจไหลไปตามกระแสแห่งตัณหา มานะ-ทิฏฐิ ความโลภ ความโกรธ ความหลง จงมีสติทุกขณะจิตเมื่อคิดอะไร ทำสิ่งใด พูดเรื่องอะไร อยู่ให้รู้ตัวตลอดไม่หลงลืมสิ่งใดไม่ดีไม่มีประโยชน์ ทำให้เกิดความทุกข์เดือดร้อนตนเองและผู้อื่น ก็อย่าทำให้รู้จักเหตุผลต้นปลายดีชั่ว แล้วตั้งจิตให้ดีทำแต่กรรมดี มีความสุข ทุกเมื่อให้ได้ถึงมนุษย์สมบัติสวรรค์สมบัติ พระนิพพานสมบัติเป็นที่สุดเราเกิดมาเป็นมนุษย์นี้ได้แสนยาก จงตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาทในทาน ศีล ภาวนา ในศีล สมาธิ ปัญญา วิชชาวิมุติ หลุดพ้นจากกองทุกข์ให้ได้ในชีวิตนี้ให้ดับภพ ดับชาติถึงอมตะสุขยิ่งนั้น ด้วยเทอญ สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

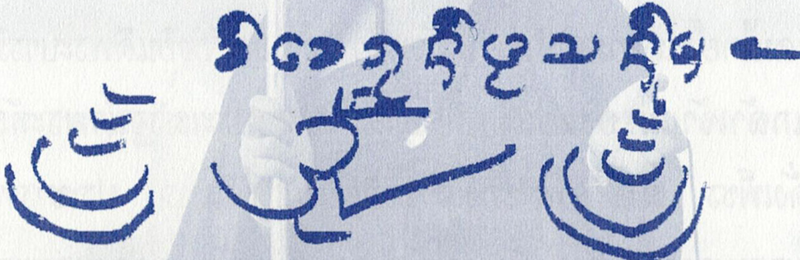
นะโม น้อมนมัสการจิตชื่นบานต่อภะคะวาอันเลิศล้ำ ในโลกาทรงพระภาคอันงดงาม อรหัต ตัดกิเลส สมุจเฉท จากกาม ไกลจากตัณหาสาม พร้อมฆ่าโลกธรรมแปดประการ สัมมาสัมโพธิญาณ เหตุเกิดทุกข์เป็นธรรมดา รอบรู้คุณและโทษสั่งสอนโปรดสัตว์ และเวไนย ควรเราพึงรู้และเข้าใจ พระคุณท่านล้ำโลกา นิพพานปัจจะโย โหตุ เมนิจจัง ธุวัง ยาจามิ สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

ผู้ประพฤติธรรมย่อมอยู่เป็นสุข
ในโลกนี้แล ความเพียรมีที่ใด
ความสำเร็จมีที่นั่น ผู้มีความศรัทธา
ย่อมถึงฝั่ง พระนิพพาน ดังนี้แล
ผู้รู้ทั้งหลายย่อมรักษาจิตให้เป็นสุข
ทุกเมื่อจงสละอารมณ์โลกามิส ทำจิต
ให้ผ่องใส ย่อมห่างไกลความทุกข์ดังนี้แล

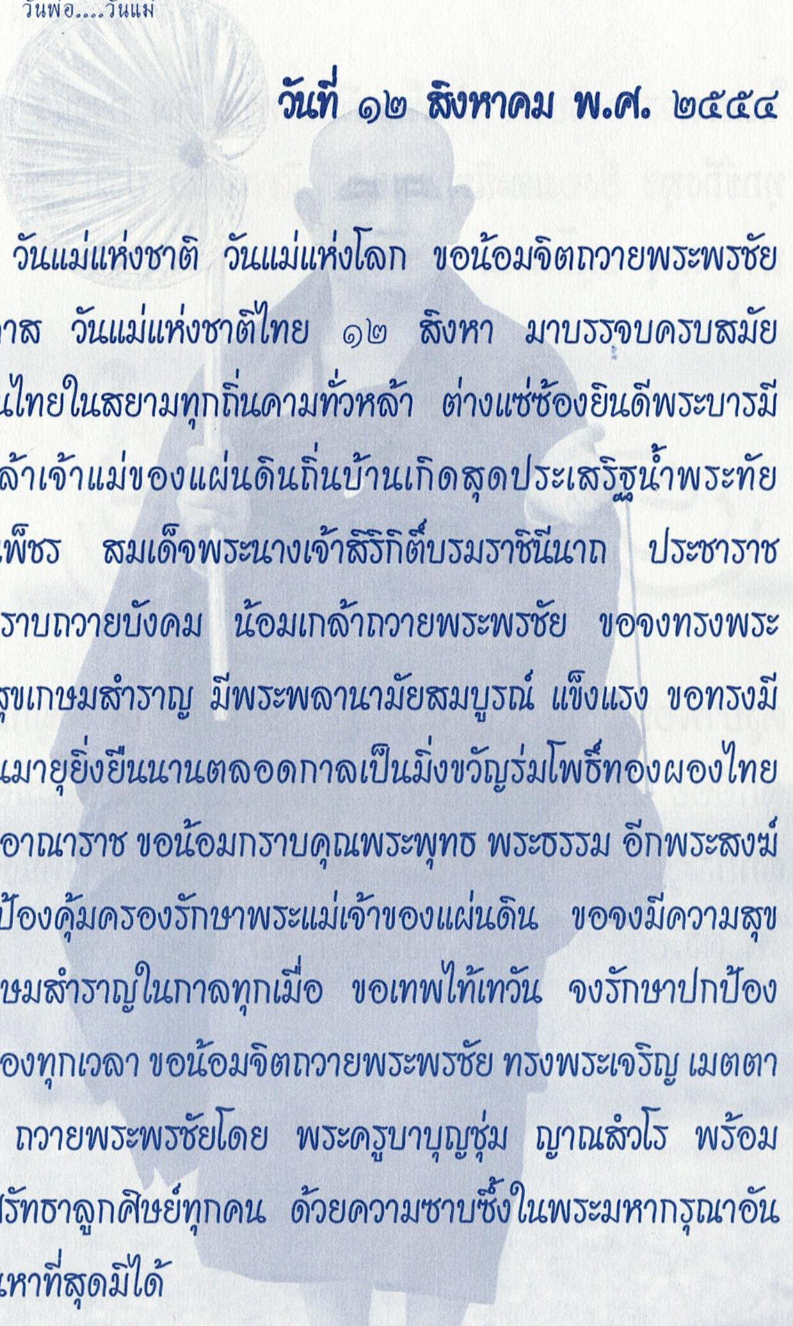
บันทึกแต้มข้อธรรมะทั้งหมดนี้เราพระครูบา บุญชุ่ม ญาณสํวโรอรัญญะวาสีภิกขุ แต้มถวายเป็นพระราชกุศลแด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช และสมเด็จพระบรมราชินีนาถ เนื่องในวโรกาสมงคลสมัยครบรอบแปดสิบสี่พรรษา วันที่ ๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๔ จึงขอน้อมเกล้าถวายพระพรชัยมงคล ขอทรงพระเจริญยิ่งยืนนานทรงเป็นมิ่งขวัญของปวงประชาชนชาวไทย ในแดนสงบเย็นตลอดกาล ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ ขอน้อมเกล้าถวายพระพร ถ้าหากว่าข้อบันทึกธรรมนี้ขาดตกบกพร่องไปก็ขอท่านผู้รู้ให้อภัยด้วย และขอให้คำแนะนำเสริมเติมให้ดียิ่งต่อไป หวังว่าข้อธรรมบันทึกนี้คงจะได้เป็นประโยชน์แก่ดำเนินชีวิตของท่านทั้งหลาย ไม่มากก็น้อยตราบถึงความดับทุกข์เป็นที่สุดนั้นแล

ธรรมทั้งหลายรวมลงด้วยความไม่ประมาท อันว่าสัจจธรรมความจริงนี้มีในโลกใครรู้แจ้ง พ้นโศกโลกสงสาร ผู้รู้ปัญญา ดับ ตัณหาและอุปาทานพ้นหมู่มาร ถึงนิพพานแดนสงบ จบกันเอย ผู้มีปัญญาจงรักษาจิตให้พ้นผิดพ้นภัย

ในสงสาร จงรีบเร่ง บำเพ็ญเพียร ทาน ศีล ภาวนา พาพ้นทุกข์ถึงสุข ยิ่งอมตะนิพพานเอย นิพพานัง ปรมังสุขัง สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ



ครูบาพ่อบุญชุ่ม ญาณสํวโร มอบต้นฉบับให้ลูกแดง-ลูกอ้อย เก็บไว้แล้วถ่ายเอกสารไปไว้ถ้ำร้อยเล่มและมอบให้ลูกประชุม พี่เอื่อห้าสิบเล่ม ขอให้จัดพิมพ์เป็นตัวหนังสือ ให้ ดร.อาจารย์วิบูลย์ ตรวจอักษรให้ถูกต้อง



วันที่ ๑๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๔

วันแม่แห่งชาติ วันแม่แห่งโลก ขอน้อมจิตถวายพระพรชัย ในโอกาส วันแม่แห่งชาติไทย ๑๒ สิงหา มาบรรจบครบสมัย ของคนไทยในสยามทุกถิ่นคามทั่วหล้า ต่างแซ่ซ้องยินดีพระบารมีล้นเกล้าเจ้าแม่ของแผ่นดินถิ่นบ้านเกิดสุดประเสริฐน้ำพระทัยใสดั่งเพ็ชร สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์บรมราชินีนาถ ประชาราชน้อมกราบถวายบังคม น้อมเกล้าถวายพระพรชัย ขอจงทรงพระเจริญสุขเกษมสำราญ มีพระพลานามัยสมบูรณ์ แข็งแรง ขอทรงมีพระชนมายุยิ่งยืนนานตลอดกาลเป็นมิ่งขวัญร่มโพธิ์ทองผองไทยประชาอาณาราช ขอน้อมกราบคุณพระพุทธ พระธรรม อีกพระสงฆ์จงปกป้องคุ้มครองรักษาพระแม่เจ้าของแผ่นดิน ขอจงมีความสุขพระเกษมสำราญในกาลทุกเมื่อ ขอเทพไท้เทวัน จงรักษาปกป้องคุ้มครองทุกเวลา ขอน้อมจิตถวายพระพรชัย ทรงพระเจริญ เมตตาธรรม ถวายพระพรชัยโดย พระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร พร้อมคณะศรัทธาลูกศิษย์ทุกคน ด้วยความซาบซึ้งในพระมหากรุณาอันล้นพ้นหาที่สุดมิได้

ทีฆายุโกโหตุ มหาราชา มหาราชินี

ขอน้อมจิตถวายพระสัจจธรรมนำสู่แห่งธาตุรู้สู่นิพพาน ดับซึ่งทุกข์อันกันดาร ตายเกิดในสงสารแสนยาวนานหลายกัปล์ นับอสงไขย ได้ว่ายเวียนไปหลายภพชาตินับไม่ถ้วน ควรเบื่อหน่ายในวัฏฏะ จงสละ อวิชชา ตัณหา อุปาทานให้ดับหมด จบภพชาติ ไม่กลับมาในโลกา ถึงสุขนิพพานา ดับสนิท จิตบริสุทธิ์ หมดทุกข์เอย ผู้รู้จงรักษาใจให้พ้นผิดรักษาจิตให้พ้นภัยในสงสาร อย่าประมาทในชีวิตทุกคืนวัน จงตั้งจิตมั่นในทาน ศีล ภาวนา พาสงบพบสุขแท้ อมตะนิพพานเอย อันเราจะได้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็ยากนัก จะมีหูดี ตาดี มีลักษณะครบทุกประการก็ยากนักจะได้เกิดมาพบพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ที่ดี เป็นสัมมาทิฏฐิ ก็ยากจะได้ฟังสัจจธรรม ให้รู้แจ้งก็ยากจะได้บำเพ็ญกุศลบารมี ให้ทานรักษาศีล ภาวนา สมถะวิปัสสนา ให้รู้แจ้งสัจจะนำตนให้พ้นจากวัฏฏะสงสารก็ยากที่สุดบัดนี้ เป็นโอกาสอันดีมีบุญกุศลอย่างยิ่งที่เราได้มีโอกาสได้เกิดมาเป็นมนุษย์ พบพระพุทธศาสนา คำสอนอันประเสริฐที่นำให้ถึงพระนิพพาน ฉะนั้น จงตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาทเถิด การเกิดมาเป็นทุกข์แท้หนอ อย่าปล่อยเวลาผ่านไปเปล่าประโยชน์ จงรีบสร้างแต่กรรมดีมีความสุข จงใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า ทำความเพียร วิริยะ อุสาหะ ทุกขณะลมหายใจเข้าออก

ให้เก็บเกี่ยวเอากำไรชีวิตให้มากด้วยสติปัญญาสร้างแต่บุญกุศล เว้นจากการทำบาปอกุศลทั้งปวง ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ขาวรอบ เจริญภาวนาวิปัสสนากัมมัฏฐานให้รู้แจ้งสภาวธรรม ตามเป็นจริง รูปธรรม นามธรรม สังขารไม่เที่ยง มีแต่ทุกข์เท่านั้น ไม่ใช่ตัวตน เป็นอนัตตา หาสาระไม่ได้เป็นสูญญตาว่างเปล่า จากตัวตนสัตว์บุคคลเราเขาทั้งสิ้น ทุกสิ่งสักแต่ว่าเป็นธาตุเท่านั้น เป็นธรรมชาติล้วนๆ ไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใดโลกธาตุจักรวาล เป็นสิ่งมายาสมมุติบัญญัติเท่านั้น มีแต่รูปกับนามเท่านั้น ให้ตั้งใจศึกษาและปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์ เพื่อถึงพระนิพพานเป็นที่สุดนั้นแล จงเฝ้าดูเฝ้ารู้จิตปัจจุบันธรรมและกายใจนี้ ด้วยมหาสติมหาปัญญามหาโพธิจิตรู้แจ้ง ตามสภาวะความเป็นจริง ของชีวิตสัตว์สังขารธาตุขันธ์ทั้งหมดรวมลงสู่ไตรลักษณ์ เห็นแจ้งชัด ความเกิดดับ ของรูปนามสังขารปรุงแต่งขึ้น ตามเหตุปัจจัย ไม่มีอะไรเหลืออยู่ ทุกสิ่งทั้งปวงไหลไป เปลี่ยนไป เสื่อมไป สิ้นไป ตามกระแสแห่งธาตุธรรมชาติเท่านั้น จะว่าไปแล้วก็ไม่มีใครเกิดใครตาย มีแต่ปรมัตถธรรมล้วนๆ คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน เท่านั้น ที่มีอยู่เป็นอยู่ตามธรรมชาติให้เข้าใจถึงธรรมชาติทุกสิ่งในโลกธาตุนี้ ไม่มีอะไรเป็นแก่นสารและมั่นคงถาวรตลอดไป ฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึง

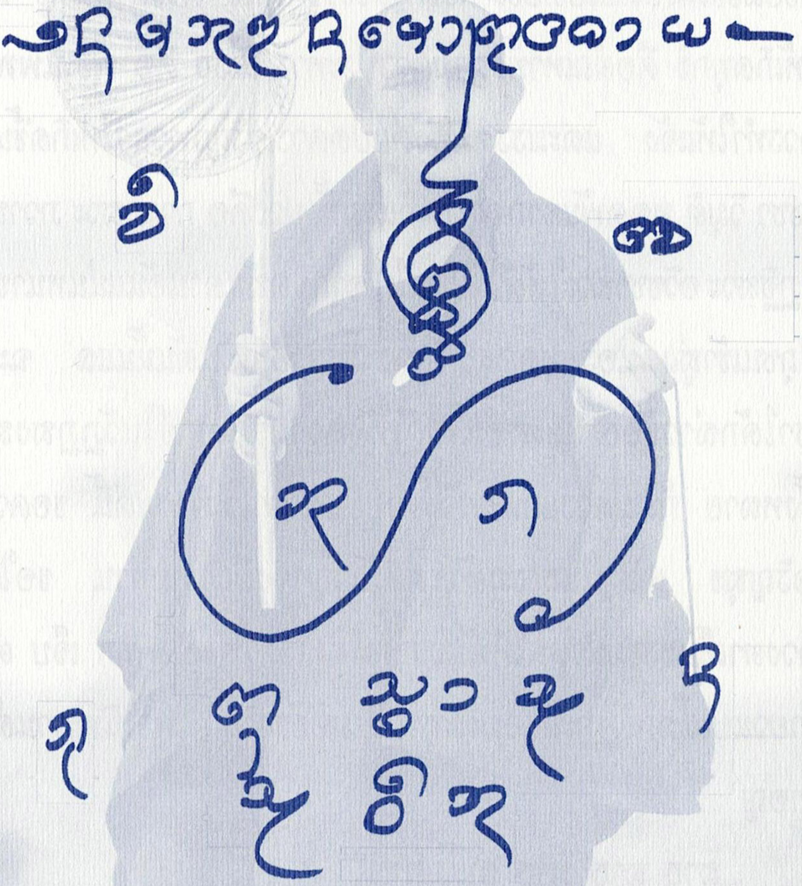
ตรัสว่า สัพเพ ธรรมมา อนัตตา และอีกบทหนึ่ง สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินิเวสายะ ธรรมทั้งหลาย ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น ทุกสิ่งเป็นตถาตาเช่นนั้นเอง เมื่อเหตุปัจจัย เกิดสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้นตามลำดับ ตามที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสสอน เรื่อง อิทัปปัจจยตา คือ ปฏิจจสมุปบาทมีดังนี้ เพราะมีอวิชชาเป็นปัจจัย จึงเกิดสังขาร เพราะสังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ เพราะมีวิญญาณเป็นปัจจัย จึงเกิดนามรูป เพราะนามรูปเป็นปัจจัยจึงเกิด ฉพายตนะ เพราะฉพายตนะเป็นปัจจัย จึงเกิดผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัยจึงเกิดเวทนา เพราะมีเวทนาเป็นปัจจัยจึงเกิดตัณหา เพราะมีตัณหาเป็นปัจจัยจึงเกิดอุปาทาน เพราะมีอุปาทานเป็นปัจจัยจึงให้ภพ เพราะมีภพเป็นปัจจัยจึงเกิดชาติ เพราะมีชาติเป็นปัจจัย จึงมีชรา พยาธิ มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส ทุกข์โศกนานา ความพิไรรำพัน คับแค้นแน่นใจ ทุกข์ต่างๆ ย่อมเกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย ดังนี้แล ฝ่ายดับนิโรธวารมีดังนี้ เมื่ออวิชชาดับไปสังขารย่อมดับ เมื่อสังขารดับไปวิญญาณย่อมดับ เมื่อวิญญาณดับไปนามรูปย่อมดับ เมื่อนามรูปดับไปฉพายตนะย่อมดับ เมื่อฉพายตนะดับไปผัสสะย่อมดับ เมื่อผัสสะดับไปเวทนาย่อมดับ เมื่อเวทนาดับไปตัณหาจึงดับ เมื่อตัณหาดับไปอุปาทานย่อมดับ

เมื่ออุปาทานดับไปภพย่อมดับ เมื่อภพดับไปชาติจึงดับ เมื่อชาติดับไป ชรา พยาธิ มรณะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาสะ ทุกข์โศกนานา ย่อมดับไป ดังนี้ แลธรรมที่เราได้กล่าวจบไปนี้ คือ ปฏิจจสมุปบาท มีอาการสิบสองประการอันเป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกันทั้งฝ่ายเกิด ฝ่ายดับอันเป็นธรรมลึกซึ้งสุขุมมากยากที่ปุถุชนคนธรรมดาจะรู้ถึงให้แจ้งได้นอกจากผู้มีปัญญาเท่านั้น และพระอริยบุคคลเท่านั้นที่จะเข้าใจได้จึงจะหลุดพ้นจากสังสารวัฏฏทุกข์ดังนี้แล ธรรมปฏิจจสมุปบาทนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าได้บำเพ็ญพิจารณาญาณ ก่อนที่จะได้ตรัสรู้พระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ วิสาขะบูรณมีเพ็ญเดือนหกจึงกล่าวว่าผู้ใดเห็นพระธรรมผู้นั้นเห็นพระพุทธเจ้า เห็นธรรมคือเห็นแจ้งรู้แจ้งในธรรมปฏิจจสมุปบาท คือ อิทัปปัจจยตานี้แล ขอให้ท่านผู้แสวงหาธรรมะสัจจะ นิพพานทั้งหลาย จงตั้งใจศึกษาและปฏิบัติธรรมให้รู้ซึ่งธรรมปฏิจจสมุปบาทให้แจ้งในใจ และเข้าใจธรรมชาติแห่งความเกิดดับของรูปนามสังขาร แล้วให้เกิดธรรมะสังเวชเบื่อหน่ายในวัฏฏทุกข์ทั้งหลายแล้วให้บำเพ็ญเพียรจิตภาวนาทั้งวันทั้งคืน เพื่อให้รู้แจ้งวิปัสสนาญาณให้รู้แจ้งอริยสัจจธรรมทั้งสี่ประการ คือ ทุกข์เหตุให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์และทางที่จะดำเนินไปเพื่อความดับทุกข์ คือ มรรค

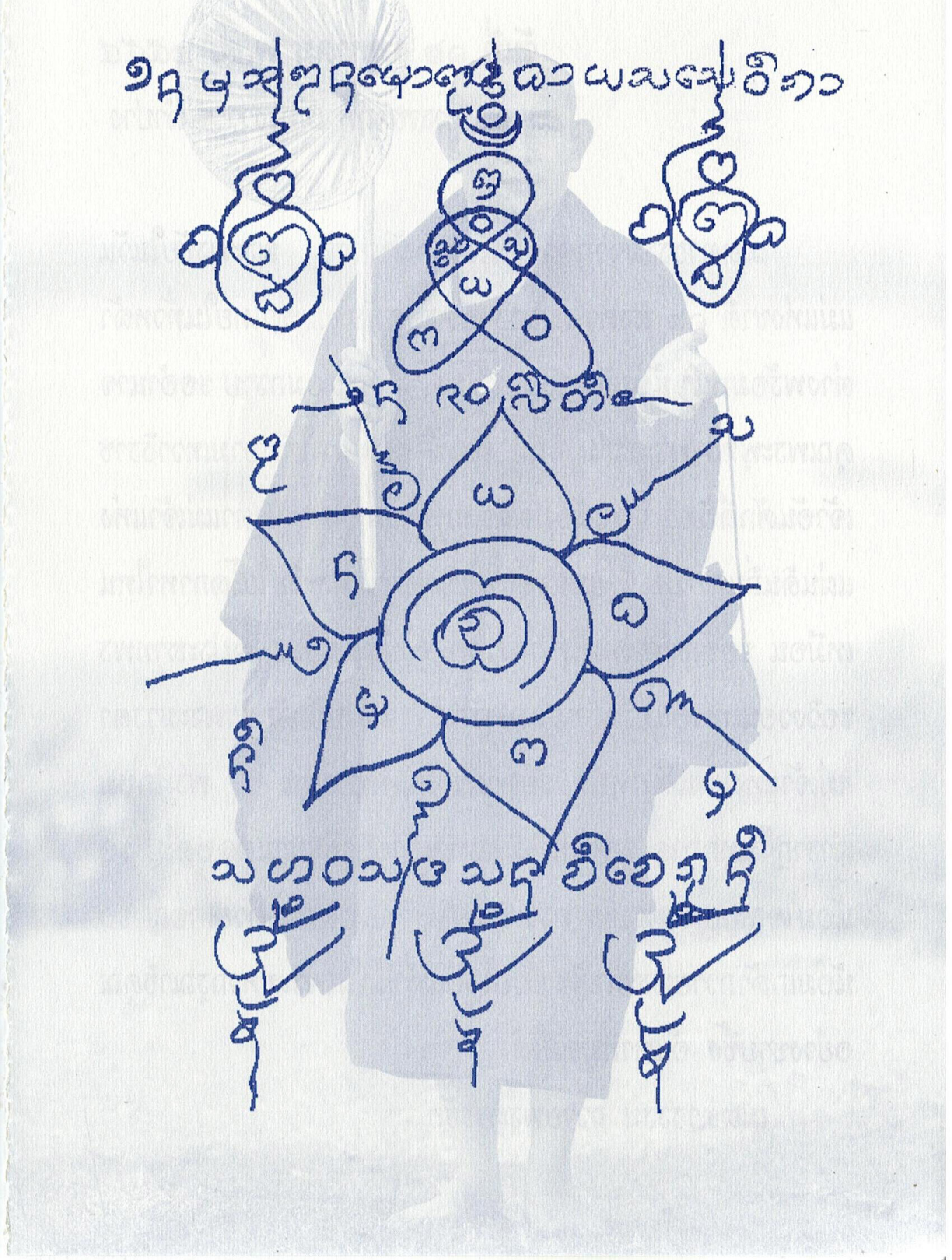
อริยมรรคมีองค์แปดประการให้รู้แจ้งว่า ทุกข์ ควรกำหนดรู้ เหตุให้เกิดทุกข์ คือตัณหาทั้งสามควรประหาร นิโรธ คือ พระนิพพานควรทำให้แจ้ง และมรรคมีองค์แปดควรเจริญภาวนาให้เกิดขึ้นให้วิชชา วิมุติ หลุดพ้นจากอาสวะกิเลสทั้งปวงคือ กามาสวะ ภวาสวะ ทิฏฐิสวะ อวิชชาสวะให้ดับไปสิ้นไป จากจิตสันดานอันแน่นหนาของปุถุชนเข้าสู่แดนอริยบุคคลมีขั้นพระโสดาบันเป็นต้นนั้นแล ฉะนั้นเราได้กล่าวข้อธรรมะสอนใจผู้หวังความพ้นทุกข์ในวัฏฏสงสารทั้งหลาย ก็สมควรแก่เวลาจึงขอยุติเมตตาไว้เพียงแค่นี้ ขอความเจริญสุข เจริญในธรรมด้วยสติปัญญาจงมีแด่ทุกท่าน ขอให้มีดวงตาเห็นธรรมนำตนให้พ้นจากทะเลทุกข์ การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ว่ายวนบนโลกวัฏฏะถึงอมตะสุขเกษมอย่างยิ่ง พระนิพพานด้วยเทอญ

สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

ขอน้อมจิตถวายพระพรชัยมงคล ขอจงทรงพระเจริญ ด้วยสำนึกซาบซึ้งในพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ เมตตาธรรมโดยพระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร



มอบให้ลูกประชุม ลูกบุญยิ่ง มาลีนนท์ เก็บต้นฉบับไว้ แล้วถ่ายเอกสารกลับไปถวายที่ถ้ำราชคฤห์ห้าสิบเล่ม.



วันที่ ๑๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๔

ณ. ถ้ำราชคฤห์ เมืองงาว จ.ลำปาง

เมตตาธรรมจากดวงใจน้อมเกล้าถวาย พระพรชัยในวันแม่แห่งชาติ ๑๒ สิงหา มาบรรจบครบสมัย ประชาไทยในทั่วหล้าต่างพร้อมหน้า น้อมจิตอธิษฐาน ขอไหว้วานน้อมกราบ ขออำนาจคุณพระพุทธ พระธรรม อีกพระสงฆ์ องค์เทพไท้สยามเทวาธิราชเจ้าอันศักดิ์สิทธิ์ ขอน้อมจิตจงมาพารักษาพระมาตาแม่เจ้าแห่งแผ่นดินถิ่นสยาม แสนงดงามเลิศล้ำน้ำพระทัยในโลกาหาไหนเหมือน ขออัญเชิญเทพไท้ในสากล จงบันดลบันดาลประสาทพรขอวิงวอนเทพอินทร์พรหมเทพารักษ์ จงปกปักรักษาพระมารดาแม่เจ้าแห่งแผ่นดินไทยในเขตคามจงมีแต่ความสุข พระเกษมสำราญในทุกกาล ขอจงทรงมีพระชนมายุยิ่งยืนนานตลอดไป ขอน้อมใจถวายพระพรชัย ทรงพระเจริญ ตลอดกาลด้วยเทอญ ขอน้อมเกล้าถวายพระพรชัย ด้วยใจอันสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอย่างซาบซึ้ง อันหาที่สุดมิได้

เมตตาธรรม ถวายพระพรชัย

โดยพระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร

พร้อมด้วย คณะศรัทธาลูกศิษย์ญาติโยมทุกคน

ณ. ถ้ำมหาโพธิสัตว์ราชคฤห์ เมืองงาว จ.ลำปาง



วันที่ ๑๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๔

เนื่องในวโรกาสมหามงคลสมัยครบรอบพระชนมายุ ๗๙ พรรษา สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์บรมราชินีนาถ แห่งประเทศไทย ต่างพร้อมใจน้อมเกล้าถวายพระพรชัย

ทีฆายุโกโหตุ มหาราชา มหาราชินี
สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

ขอน้อมจิตถวายพระธรรมะเมตตาจากดวงใจอันบริสุทธิ์ พระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร บัดนี้เป็นกาลสมัยโอกาสอันดีมีมงคลอย่างยิ่งซึ่งเป็นวันแม่แห่งชาติ วันแม่แห่งโลกก็ว่าได้ และวันสำคัญอย่างยิ่งของประเทศไทยวันที่ ๑๒ สิงหาคม ปี พ.ศ. ๒๕๕๔ ซึ่งเป็นวันมงคลสมัยพระชนมายุครบรอบ เจ็ดสิบเก้าพรรษา ขององค์สมเด็จพระบรมราชินีนาถ ต่างก็มีความปีติยินดีปรีดาปราโมทย์ แซ่ซ้องสาธุการ ต่างก็ตั้งจิตทำความดีด้วยบุญกุศลอันยิ่งใหญ่ไพศาลบำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา บำเพ็ญประโยชน์แก่

บ้านเมือง และพระพุทธศาสนาด้วยจิตอันเลื่อมใสศรัทธาอย่างยิ่ง ขอน้อมถวายกุศลผลบุญที่ได้บำเพ็ญมา จงคุ้มครองรักษาแด่องค์สมเด็จพระบรมราชินีนาถ พระแม่เจ้าแห่งแผ่นดินไทยในสยาม น้ำพระหฤทัยแสนงดงาม ยามประชาพากันทุกข์ภัยพิบัตินานา พระเมตตาล้นเกล้าเข้ารักษา และเยียวยาช่วยประชาอาณาราชทั่วแผ่นดิน ต่างยินดีมีสุขถ้วนหน้า ด้วยพระมหากรุณาบารมีใต้ร่มเงาพระโพธิสมภารตลอดกาล ทั้งสมณะ ชีพราหมณ์ คนยากไร้ อนาถา ทั้งประชาอาณาทั่วแผ่นดิน ต่างก็ได้พึ่งพาพระบารมีพระแม่เจ้า ทุกค่ำเช้า สุขสำราญตลอดกาล ต่างก็ซาบซึ้งในพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ จึงน้อมเกล้าถวาย พระพรชัยมงคลช่วยบันดลให้องค์สมเด็จพระบรมราชินีนาถเจ้า ขอทรงพระเจริญ มีพระพลานามัยสมบูรณ์แข็งแรง ขอทรงมีพระชนมายุยิ่งยืนนาน ตลอดกาล ขอทรงเป็นร่มโพธิ์ทองผองไทยในสยามตลอดกาลด้วยเทอญ

บัดนี้เป็นโอกาสอันดีมีกุศลเป็นมหามงคลอย่างยิ่ง ซึ่งเราจะได้ถวายพระธรรมเมตตา ขอให้ทุกท่านผู้แสวงหาทางนิพพานทั้งหลาย จงตั้งจิตอยู่ในความไม่ประมาท ด้วยจิตอันเลื่อมใส

ในคุณพระรัตนตรัย มีโยนิโสมนสิการ สงบกาย วาจา ใจ ด้วยสติปัญญาอันสุขุมเยือกเย็น เห็นแจ้งจิตอันบริสุทธิ์ อ่านฟังข้อธรรมะสอนใจที่เราจะได้กล่าวต่อไปนี้ เพื่อให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อความอยู่เย็นเป็นสุขในชาติปัจจุบันและอนาคตภายภาคหน้า ตราบถึงซึ่งความดับทุกข์ในวัฏฏสงสารเป็นที่สุด ในโลกธาตุจักรวาลนี้ ไม่มีอะไรอีกแล้ว จะเป็นรัตนสมบัติอันสูงสุดประเสริฐยิ่งกว่า พระสัจจธรรม พระธรรมนำพาชีวิตจิตวิญญาณไปสู่แดนสงบ สันตินิพพาน อันดับความทุกข์ในวัฏฏสงสาร การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ว่ายเวียน เปลี่ยนไปในภพน้อยภพใหญ่หาที่สุดมิได้ น่าเบื่อหน่ายที่สุด ฉะนั้น เราจะได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ก็ยากนัก เกิดมามีตาไม่บอด หูไม่หนวก ไม่เป็นใบ้บ้าวิกลจริต ก็ยากนัก จะได้เกิดมาพบพ่อแม่ที่ดีก็ยาก จะได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนาก็ยาก จะได้สดับรับฟัง พระธรรมะสัจจะก็ยาก จะมีความศรัทธาเลื่อมใสในคุณพระรัตนตรัย และได้บำเพ็ญปฏิบัติตามให้เห็นแจ้งซึ่งสัจจธรรมนำตนให้พ้นทุกข์ก็ยากนักจะได้มีอายุยืนยาวถึงวันนี้ก็ยากนัก จะเป็นพ่อแม่ที่ดีของลูกก็ยาก จะเป็นลูกกตัญญูรู้คุณของพ่อแม่ครูบาอาจารย์ก็ยากนัก จะได้พบคนดี

มีปัญญาพาตนให้เป็นคนดีก็ยาก จะได้บำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา สมถะวิปัสสนาญาณให้รู้แจ้งเห็นจริงซึ่งสัจจธรรมทั้งสี่ประการ และได้ถึงฝั่งแห่งพระนิพพานก็แสนยากที่สุด บัดนี้เป็นโอกาสอันดีมีกุศลอย่างยิ่งที่เราท่านทั้งหลายได้มีโอกาสพ้นจากอบายภูมิทั้งสี่ และได้เกิดในมนุษย์สมบัติอันประเสริฐ และมาได้ยากนัก และเป็นมหากุศลอย่างยิ่งที่เกิดมาพบคำสอนพระพุทธศาสนาที่พาให้เราพ้นจากทุกข์ในวัฏฏะได้ ฉะนั้น อย่าได้ลืมตัวเมาตนหลับไหลอยู่ในความประมาทในชีวิตนี้ อย่านึกว่าชีวิตเรายังจะอยู่อีกยาวไม่ตายง่ายๆ จงรีบสร้างแต่กรรมดีมีความสุขในวันนี้ ใครจะรู้ว่าความตายของเราอาจจะถึงวันพรุ่งนี้ก็ได้ จงอย่าปล่อยโอกาสเวลาอันมีค่านี้ผ่านไปโดยไร้ประโยชน์ เพราะเวลานาทีมีค่ายิ่งกว่าอัญมณีเสียอีกจงใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า และทำดีให้ถึงที่สุด จงใช้ชีวิตที่มีเวลาเหลือน้อยที่จะอยู่ในโลกใบนี้ รีบเก็บเกี่ยวเอาบุญกุศลให้มาก รักษา กาย วาจาใจ ให้ดีมีความสุขทุกเมื่อให้เป็นคนรู้คุณกตัญญูต่อพ่อแม่ครูบาอาจารย์ รู้คุณของผู้ให้ความอุปการะเลี้ยงดูเรามาและรู้คุณของแผ่นดินที่เราอยู่ รู้พระคุณของสถาบันพระมหากษัตริย์ ผู้เป็นประมุขของแผ่นดิน จงตั้งใจทำประโยชน์ตน

ให้ถึงพร้อมและประโยชน์ของพ่อแม่ญาติพี่น้อง ประโยชน์ของสังคมประเทศชาติบ้านเมือง ให้มีน้ำใจไมตรีจิตเผื่อแผ่แจกทานช่วยเหลือมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายทั่วหน้า มีจิตเมตตากรุณา มุทิตาอุเบกขาอยู่ตลอด ตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาทด้วยสติและปัญญาวิริยะ อุสาหะ ในหน้าที่การงานให้ถูกต้อง ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ไม่ให้เป็นทุกข์เดือดร้อนตนเองและผู้อื่น ตลอดจนถึงประเทศชาติบ้านเมืองให้มีความเสียสละ และอดทนอดกลั้นรู้จักให้อภัยแก่ผู้อื่น ให้เกียรติผู้อื่น และให้โอกาสแก่ผู้อื่นที่จะทำความดีต่อไปรู้จักให้กำลังใจ และมีน้ำใจดีต่อผู้อื่น เป็นคนที่มีความกตัญญูสูงและตั้งตนไว้ชอบมีสัจจะ ซื่อสัตย์ต่อตนเองและพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ ซื่อสัตย์ต่อสามี ภรรยา และลูกหลาน ซื่อสัตย์สุจริตต่อสังคมเพื่อนมิตร และสัตว์โลกทั้งหลาย ซื่อสัตย์ต่อแผ่นดินที่เราอยู่ อู่ข้าวอู่น้ำที่เรามีประเทศชาติบ้านเมือง ให้ตั้งใจทำแต่สิ่งดีๆ มีประโยชน์ ไม่เป็นคนหนักโลกหนักแผ่นดิน ทำแต่บาป อกุศลเดือดร้อนวุ่นวายแก่ตนเองและผู้อื่น จงตั้งใจทำแต่กรรมดีมีความสุขในโลกนี้และโลกหน้า ตราบถึงซึ่งความดับทุกข์เข้าสู่พระนิพพานเป็นที่สุด จงเข้าใจธรรมชาติสิ่งแวดล้อมทุกสิ่งต่างๆ

ก็อาศัยซึ่งกันและกันในโลกนี้ให้รู้จักคุณของธรรมชาติ ป่าไม้ ภูเขา เถาวัลย์ทุกสิ่ง ลำน้ำ ห้วยหนอง คลองบึง แม่น้ำ มหาสมุทร ท้องฟ้า อากาศ ดิน น้ำ ลม ไฟ สัพพะธาตุ ทุกสิ่งทั้งปวงมีคุณแก่ชีวิตจิตวิญญาณของสัพพสัตว์โลก มนุษย์ เทวดาฟ้าดินทั้งหมดเป็นอนันตธาตุอันเดียวกัน ให้มีจิตสำนึกคุณในทุกสิ่ง เรามีอากาศลมหายใจอยู่ได้ด้วยธรรมชาติ ธาตุแท้ที่จัดสรรให้เรามีชีวิตจิตใจและกาย สังขารรูปนามธาตุขันธ์ในโลกธาตุจักรวาลทั้งหมดเป็นอันหนึ่งเดียวกันธรรมชาติคือเรา และเราก็คือธรรมชาติธาตุเท่านั้น ให้รู้จักรักษาสิ่งแวดล้อมและมวลสารกระแสพลังงานธรรมชาติทุกสิ่งทั้งรูปธาตุ นามธาตุ ต่างก็พึ่งพาอาศัยกันเกิดและดับไปในโลกนี้ซับซ้อนมากมายหลายมิติ หลายสภาวะ พึงศึกษาให้เข้าใจธรรมชาติขั้นต่ำ จนถึงพระนิพพานเป็นที่สุด ต่างก็มีเหตุปัจจัยไหลไปตามสภาวะกระแสของธรรมชาติทุกสิ่งให้รู้คุณในทุกสิ่งที่เกิดในโลกธาตุนี้ เราเกิดมาก็เป็นประโยชน์แก่โลก เราตายไปก็ให้เป็นตัวอย่างที่ดีแก่ชาวโลก จงตั้งใจให้ดีมีศีลธรรมประจำใจ จะคิดจะพูด จะทำสิ่งใดก็ขอให้เอาวิชชา ปัญญานำหน้า มีสติ รู้ตัวทั่วพร้อมอยู่ตลอดว่า ขณะนี้ เดี๋ยวนี้เรากำลังอยู่ที่ไหน และทำอะไร

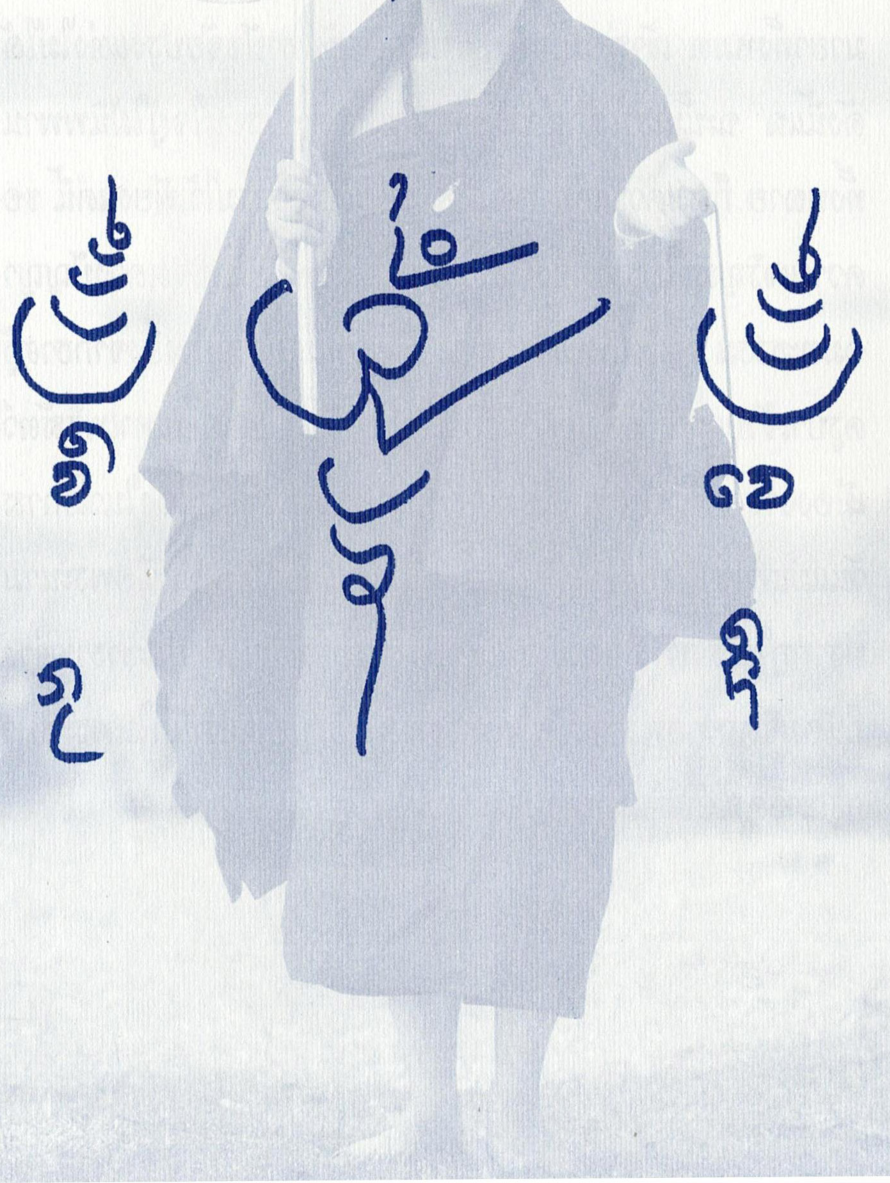
อยู่ และเพื่อสิ่งใด เราหวังอะไร อยู่ไปทำไม ตายแล้วจะไปทางไหน ให้ตอบปัญหาตนเองได้ อ่านตนเองได้ ใช้ตนเองเป็น เห็นตนเองถูก ผูกมัดจิตตนเองได้ ไม่ติดใจสงสัยอะไรในโลกทั้งสาม จงตั้งสติให้ดีทำหน้าที่ให้ถูกต้องอย่าติดข้องแวะเกี่ยวพันยึดมั่นในสิ่งใด จงทำใจให้เหนือโลก อย่าปล่อยจิตใจไหลไปตามกระแสของโลกมายา อันมีอวิชชาเป็นต้นเหตุให้เกิดทุกข์ในวัฏฏะ มีตัณหา มานะทิฏฐิ นำพาให้เวียนเกิดเวียนตาย หาที่สุดมิได้ จงมีจิตสลดสังเวช ในชีวิตนี้น้อยนักสั้นนัก ไม่พักอยู่คู่ดินฟ้า ทุกขะทุกลมหายใจเข้าออก ทุกชีวิตทุกดวงจิตทุกวิญญาณต่างก็เดินไปไหนไป เสื่อมสิ้นไป ล่วงลับไป คืนให้แก่ธรรมชาติแห่งธาตุเดิมไม่มีอะไรเหลืออยู่ มั่นคงถาวรตลอดให้รู้แจ้งชัดด้วยปัญญาโพธิจิตสว่าง สงบเย็น เห็นแจ้งอยู่ภายใน ทำใจเป็นกลางวางทุกอย่างทั้งสุขทั้งทุกข์ก็ไม่เที่ยงเหมือนกัน และให้รู้ทันโลกธรรมแปดประการอันมีอยู่ประจำโลกนี้ คือมีลาภก็เสื่อมลาภ มียศก็มีเสื่อมยศมีสรรเสริญก็มีนินทา มีสุขก็ต้องมีทุกข์ เป็นธรรมดาประจำโลกนี้ให้พิจารณาให้เห็นแจ้งแล้วไม่หวั่นไหวไปตามกระแสของโลกทำใจได้เข้าใจในธรรมชาติทุกสิ่งมีเกิดก็มีดับเป็นไปตามเหตุและ

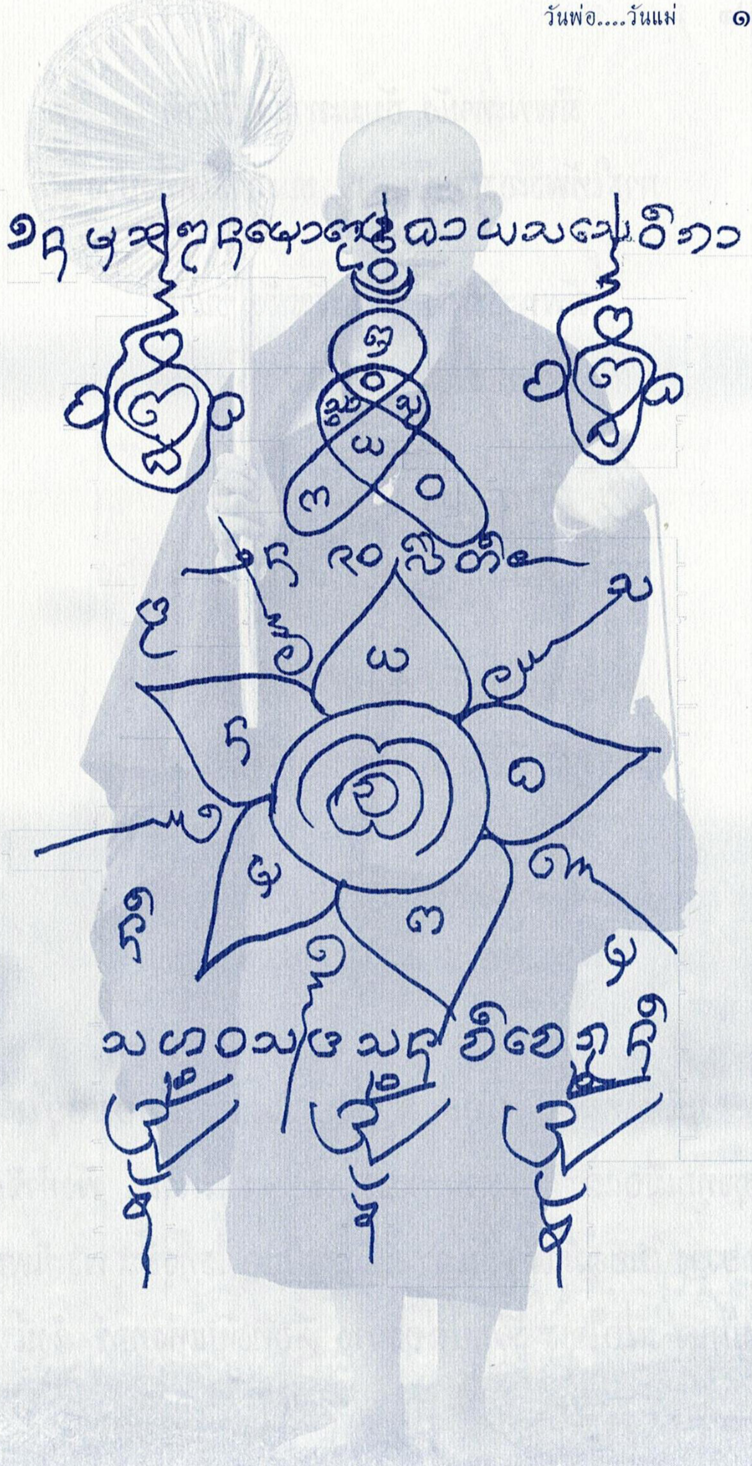
ปัจจัย และให้พิจารณาถึงกรรมของตนและสัตว์โลกทั้งหลายว่า เรามีกรรมเป็นของตน เรามีกรรมเป็นทายาท เรามีกรรมเป็นแดนเกิด เรามีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์พวกพ้อง เรามีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย เราได้ทำกรรมอันใดไว้ไม่ว่าบุญหรือบาป ดีหรือชั่วก็ตามเราจะต้องได้รับผลกรรมนั้นแน่นอน ให้พิจารณาถึงกรรมของตนเองและสัตว์ทั้งหลายทุกคืนวัน ด้วยความไม่ประมาทในชีวิต และให้พิจารณาถึงสัจจธรรมความจริงของชีวิตสัตว์โลกต้องมี การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมดา เราจะพ้นจากการเกิด แก่ เจ็บ ตายไปไม่ได้ เมื่อยังมีชีวิตอยู่มีลมหายใจเข้าออกอยู่นี้ พึงควรกระทำแต่กรรมดี มีกุศลนำตนให้ถึงสุขในมนุษย์ ในสวรรค์ ในพระนิพพานเป็นที่สุด และตั้งจิตอุทิศตนทำแต่สิ่งดีมีประโยชน์ตั้งตนไว้ชอบอยู่อยู่ในทาน ศีล ภาวนา และศีลสมาธิ ปัญญา ให้ถึงพร้อมทุกคืนวัน เว้นจากการทำบาป อกุศลทั้งปวง สร้างบุญกุศลให้ถึงพร้อมและรักษาจิตใจให้ขาวรอบอยู่ตลอดมีสติสัมปชัญญะรู้ตัวทั่วพร้อม ในเมื่อผัสสะ อายตนะภายนอก ภายใน มากระทบกัน เกิดเป็นวิญญาณ ธาตุรู้ เกิดขึ้นที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ธรรมารมณ์นึกคิดทั้งหลายทุกขณะจิตให้ประกอบไปด้วยญาณสัมปยุติ รู้แจ้ง

ทุกขณะ ทุกอารมณ์ ที่ผ่านเข้ามาทางทวารทั้งหก ให้รู้สภาวะความจริงแห่งความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน สัตว์บุคคล เราเขาอะไรทั้งสิ้นให้สำรวมระวังอย่าเกิดอวิชชา ตัณหา อุปาทาน แล้วให้เกิดภพเกิดชาติชรา พยาธิ มรณะ ทุกข์โศก นานา ไม่มีที่สิ้นสุด ให้เอาสติเฝ้าดูเฝ้ารู้เห็นสัจจะตามเป็นจริง ไม่ปรุงแต่งสังขารให้เกิดทุกข์ เกิดสุข รักษาใจ ให้อยู่ในอาการสงบนิ่งปกติ เพียงแต่รู้เพียงแต่เฝ้าดู ให้ผ่านมาแล้วผ่านไปไม่ติดใจสงสัยในสิ่งใดสำรวมใจไว้ไม่ให้มีความยินดียินร้าย กำหนัด ขัดเคือง ลุ่มหลงในสิ่งใด เพราะรู้แจ้งแก่ใจว่าทุกสิ่งเป็นอนัตตาสุญญตา ตถตา เช่นนั้นเอง เมื่อรู้จักแยกรูป แยกนาม แยกจิต แยกกาย แยกธาตุ ขันธ์ต่างๆ ออกจากกันได้แล้ว จิตย่อมเบา กายย่อมเบา ไม่เอา ไม่ได้ไม่เป็นอะไรทั้งสิ้น จิตเป็นอิสระแท้ เพราะรู้แจ้งด้วยปัญญา สติรู้ทันปัจจุบันธรรมแห่งรูป นาม เกิดดับๆ เมื่อเห็นก็สักแต่ว่าเห็น เมื่อได้ยินก็สักแต่ว่าได้ยิน เมื่อได้กลิ่นก็รู้ว่าสักว่ากลิ่น เมื่อลิ้มรสก็สักว่ารส เมื่อถูกต้องสัมผัสทางกายก็รู้ว่าสัมผัส เมื่อนึกคิดธรรมารมณ์ทางใจก็สักว่านึกคิด เมื่อจิตรู้แจ้งดังนี้ จึงไม่ปรุงแต่งสังขารวิญญาณนามรูป ให้เกิดตัณหาอุปาทาน ฉะนั้นจึงถึงซึ่งความดับไป

แห่งกองทุกข์ทั้งหลาย ดังนี้แล จึงได้ว่าไม่ก่อภพก่อชาติ ก่อวัฏฏะให้วนเวียนเกิดตายอีกต่อไป คือ กิเลส กรรม วิบาก ได้สิ้นสุดลงด้วยจิตรู้แจ้งแห่งโพธิปัญญา พาให้ถึงแดนสงบเหนือโลกสมมุติมายาทั้งหมด เข้าสู่อมตะนิพพานธาตุ อันหาปัจจัยปรุงแต่งไม่ได้ ดังนี้แล ฉะนั้นเราได้กล่าวข้อธรรมะเมตตา สอนใจผู้ใฝ่นิพพานทั้งหลาย ก็สมควรแก่กาลเวลาจึงขอยุติบทธรรมไว้เพียงแค่นี้ ขอความเจริญสุขในธรรมจงมีแด่ทุกๆท่าน ขอให้โพธิจิตดวงปัญญาอมตะธรรม จงบังเกิดแด่ทุกท่าน ด้วยจิตเมตตาอย่างยิ่งจากธาตุรู้ครูบาเจ้าบุญชุ่ม อรัญญวาสีภิกขุ ญาณสํวโร แห่งถ้ำมหาโพธิสัตว์เมืองงาว จ.ลำปาง ขอน้อมเกล้าถวายพระพรชัย เนื่องในวโรกาสวันแม่แห่งชาติของแผ่นดินไทย ในแดนสยาม อันลือพระนามปรากฏในโลกา คือองค์สมเด็จพระบรมราชินีนาถ ประชาราชต่างก็น้อมจิตถวายพระพรชัย ขอทรงพระเจริญ ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอันล้นพ้นหาประมาณมิได้

วันที่ ๑๒ สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๕๔
เมตตาธรรมด้วยจิตอันบริสุทธิ์
พระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร





สัพพะทานัง ธัมมะทานัง ชินาติ
การให้พระธรรมเป็นทาน ชนะการให้ทั้งปวง

สัพพะรัสสัง ธัมมะรัสสัง ชินาติ
รสแห่งพระธรรมชนะรสทั้งปวง

สัพพะรัตตึ ธัมมะรัตตึ ชินาติ
การยินดีในพระธรรม ชนะการยินดีทั้งปวง

ตัณหาขะยัง สัพพะทุกขัง ชินาติ
การดับซึ่งตันหา ชนะทุกข์ทั้งปวง

นิพพานัง ปรมัง สุขัง
พระนิพพาน เป็นสุขเกษมอย่างยิ่ง

มุนีทั้งหลายผู้ลอยแล้วซึ่งบุญและบาปย่อมอยู่ในโลกเป็นสุขทุกเมื่อแล ผู้แสวงหาธรรมะสัจจะนิพพาน พึงทำจิตให้ปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่น ว่าเรามีเราเป็นอะไรทั้งสิ้น พระนิพพานอยู่ไม่ไกล เมื่อใจเรารู้จักปล่อยวาง คือที่ดับแห่งทุกข์ ดังนี้

ต่อไปนี้เราขอโอกาสจะได้บันทึก ธรรมจักรแปลแต้มให้ท่านทั้งหลายได้อ่านและศึกษายังพุทธวจนะ ปฐมเทศนา คือ พระธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ซึ่งองค์สมเด็จพระบรมครูโลกนาถ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงให้พระปัญจวัคคีย์ทั้งห้า ได้สดับรับฟังพระธรรม เป็นปฐมเทศนาที่สวนกวางป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ที่ใกล้เมืองพาราณสี มีใจความดังต่อไปนี้ ข้าพระพุทธเจ้า (ผู้มีชื่อว่า พระอานนท์เถระ) ได้สดับมาแล้วอย่างนี้ สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้พระนครพาราณสี ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสเรียกภิกษุปัญจวัคคีย์มาแล้ว ตรัสว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลายที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างเหล่านี้มีอยู่ เป็นสิ่งที่บรรพชิตไม่ควรข้องแวะเลย นี้คือการประกอบตนพัวพันอยู่ด้วยความใคร่ในกามทั้งหลาย เป็นของต่ำทราม เป็นของชาวบ้าน เป็นของคนชั้นปุถุชน ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลยนี้อย่างหนึ่ง อีกประการหนึ่ง คือ ประกอบการทรมานตนให้ลำบาก เป็นสิ่งนำมาซึ่งทุกข์ ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลาง

ไม่เข้าไปหาที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างนั้นมีอยู่ เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้วเป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักษุ เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ เพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความรู้พร้อม เป็นไปพร้อมเพื่อนิพพาน ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางนั้นเป็นอย่างไรเล่า ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางนั้น คือข้อปฏิบัติเป็นหนทางอันประเสริฐ ประกอบด้วยองค์แปดประการนี้เอง ได้แก่สิ่งเหล่านี้คือ ความเห็นชอบ ความดำริชอบ การพูดจาชอบ การทำการงานชอบ การเลี้ยงชีวิตชอบ ความพากเพียรชอบ ความระลึกชอบ ความตั้งใจมั่นชอบ ดูก่อนภิกษุทั้งหลายนี้แล คือ ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางเป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักษุ เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ เพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความรู้พร้อม เป็นไปพร้อมเพื่อนิพพาน ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจจ์ คือทุกข์นี้มีอยู่ คือความเกิดก็เป็นทุกข์ ความแก่ก็เป็นทุกข์ ความตายก็เป็นทุกข์ ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจก็เป็นทุกข์ ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจก็เป็นทุกข์ มีความปรารถนาสิ่งใด

ไม่ได้สิ่งนั้นนั่นก็เป็นทุกข์ ว่าโดยย่อ อุปาทานขันธ์ทั้งห้า เป็นตัวทุกข์ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจจ์ คือเหตุให้เกิดทุกข์นี้ มีอยู่นี้ คือ ตัณหา อันเป็นเครื่องทำให้มีการเกิดอีกอันประกอบอยู่ด้วยความกำหนัดด้วยอำนาจความเพลิน เป็นเครื่องให้เพลินอย่างยิ่งในอารมณ์นั้นๆ ได้แก่ ตัณหาเหล่านี้คือ ตัณหาในกาม ตัณหาในความมีความเป็น ตัณหาในความไม่มีไม่เป็น ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจจ์ คือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นี้มีอยู่ นี้คือ ความดับสนิทเพราะจางไปโดยไม่เหลือของตัณหานั้นนั่นเอง เป็นความสละทิ้ง เป็นความสลัดคืนเป็นความปล่อย เป็นความทำไม่ให้มีที่อาศัยซึ่งตัณหานั้น ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจจ์ คือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นี้มีอยู่ นี้คือข้อปฏิบัติเป็นหนทางอันประเสริฐประกอบด้วยองค์แปดประการ ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ ความเห็นชอบ ความดำริชอบ การพูดจาชอบ การทำการงานชอบ การเลี้ยงชีวิตชอบ ความพากเพียรชอบ ความระลึกชอบ ความตั้งใจมั่นชอบ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักษุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมา แต่ก่อนว่า

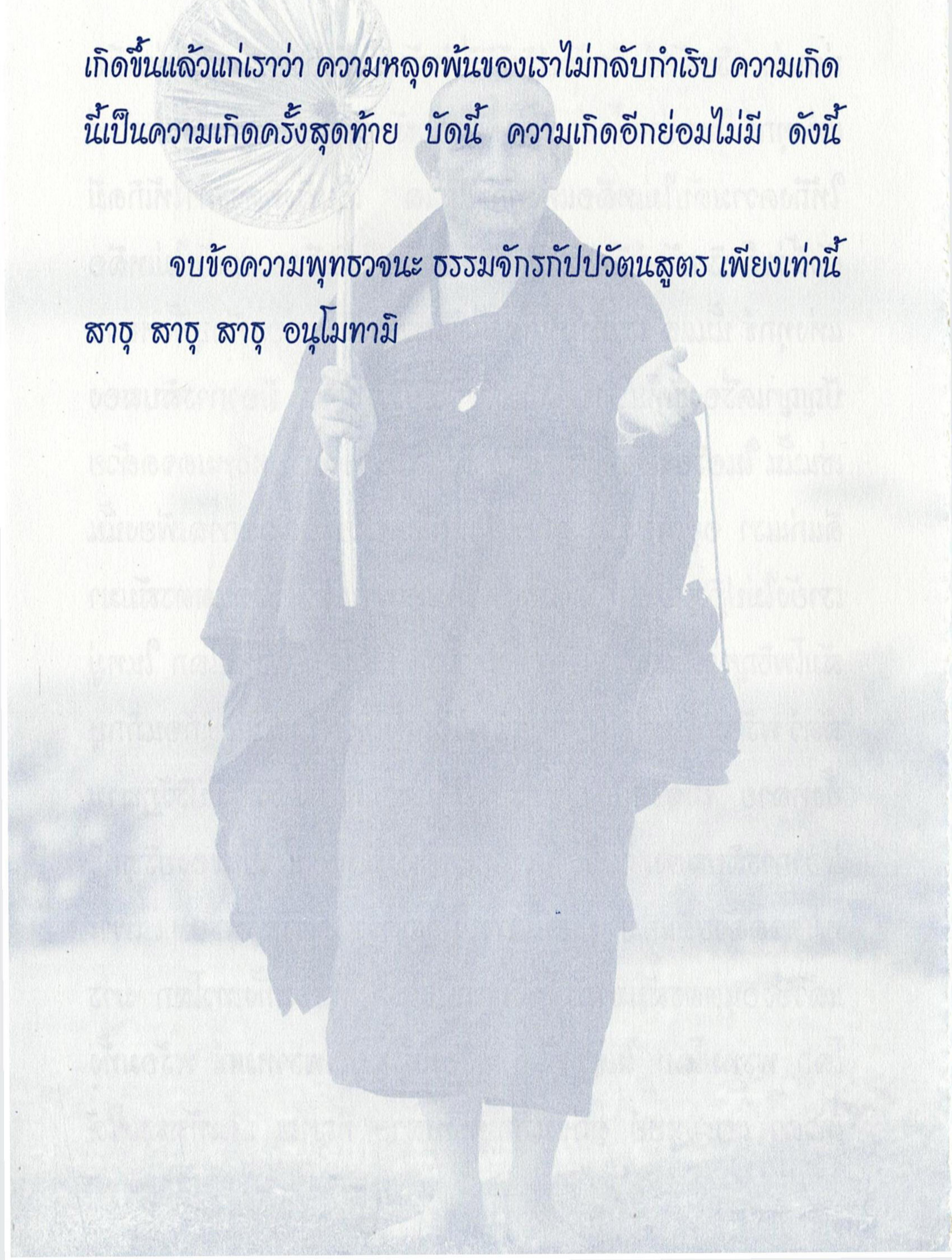
อริยสัจจ์ คือทุกข์เป็นอย่างนี้ ดังนี้ว่าก็อริยสัจจ์ คือ ทุกข์นี้แลเป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ดังนี้ว่า ก็อริยสัจจ์ คือทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ดังนี้ว่า ก็อริยสัจจ์ คือทุกข์นี้แลเป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ดังนี้ว่า ก็อริยสัจจ์ คือทุกข์นั้นแล เรากำหนดรู้ได้แล้วดังนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักษุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อนว่า อริยสัจจ์ คือเหตุให้เกิดทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรละเสียดังนี้ว่า ก็อริยสัจจ์ คือเหตุให้เกิดทุกข์นั้นแล เราละได้แล้วดังนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักษุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาก่อนว่า อริยสัจจ์ คือความไม่เหลือแห่งทุกข์เป็นอย่างนี้ ดังนี้ว่า อริยสัจจ์ คือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรทำให้แจ้งดังนี้ว่า ก็อริยสัจจ์ คือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เราทำให้แจ้งได้แล้ว ดังนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักษุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่

ก่อนว่า อริยสัจจ์ คือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์เป็นอย่างนี้อย่างนี้ว่า ก็อริยสัจจ์คือ ข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรทำให้เกิดมีดังนี้ว่า ก็อริยสัจจ์ คือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ นั้นแล เราทำให้เกิดมีได้แล้ว ดังนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ปัญญาเครื่องรู้เห็นตามที่เป็นจริง มีปริวัฏสาม มีอาการสิบสองเช่นนั้น ในอริยสัจจ์ทั้งสี่เหล่านี้ ยังไม่เป็นของบริสุทธิ์หมดจดด้วยดีแก่เรา อยู่เพียงใด ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตลอดกาลเพียงนั้น เรายังไม่ปฏิญญาว่า ได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ซึ่งอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณในโลก พร้อมทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก ในหมู่สัตว์ พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดา มนุษย์ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อใดปัญญาเครื่องรู้เห็นตามที่เป็นจริง มีปริวัฏสาม มีอาการสิบสองเช่นนั้น ในอริยสัจจ์ทั้งสี่เหล่านี้ เป็นของบริสุทธิ์หมดจดด้วยดีแก่เรา เมื่อนั้นเราปฏิญญาว่า ได้ตรัสรู้พร้อม เฉพาะแล้วซึ่งอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณในโลก พร้อมทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก ในหมู่สัตว์ พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดา และมนุษย์ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ญาณ และทัสสนะได้

เกิดขึ้นแล้วแก่เราว่า ความหลุดพ้นของเราไม่กลับกำเริบ ความเกิดนี้เป็นความเกิดครั้งสุดท้าย บัดนี้ ความเกิดอีกย่อมไม่มี ดังนี้

จบข้อความพุทธวจนะ ธรรมจักรกัปปวัตนสูตร เพียงเท่านี้

สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ



ต่อไปนี้จะได้แต้มบันทึก ธรรมอนัตตลักขณสูตร ตามพุทธวจนะ ในสวดมนต์แปล เราขอโอกาสเขียนแต้มเป็นธรรมทานดังต่อไปนี้ ข้าพเจ้า (คือพระอานนท์เถระ) ได้สดับมาแล้วอย่างนี้ สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้า ประทับอยู่ ณ. ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้พระนครพาราณสี ณ. ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสเรียกภิกษุเบญจวัคคีย์แล้ว ตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย รูปมิใช่ตัวตน ถ้าหากว่ารูปนี้จักเป็นตัวตนแล้วไซร้ รูปนี้ก็คงไม่เป็นไปเพื่ออาพาธ ทั้งยังจะได้ตามความปรารถนาในรูปว่า ขอรูปของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย ก็เพราะเหตุที่รูปมิใช่ตัวตน ฉะนั้นรูปจึงเป็นไปเพื่ออาพาธและไม่ได้ตามความปรารถนาในรูปว่า ขอรูปของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย ภิกษุทั้งหลาย เวทนามิใช่ตัวตน ก็หากเวทนานี้จักเป็นตัวตนแล้วไซร้ ก็คงไม่เป็นไปเพื่ออาพาธ ทั้งยังจะได้ตามความปรารถนาในเวทนาว่า ขอเวทนาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย ก็เพราะเหตุว่าเวทนา มิใช่ตัวตน ฉะนั้นเวทนาจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และไม่ได้ตามความปรารถนาในเวทนาว่า ขอเวทนาของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย ภิกษุทั้งหลาย สัญญามิใช่

ตัวตน ก็หากสัญญานี้จักเป็นตัวตนแล้วไซร้ ก็คงไม่เป็นไปเพื่ออาพาธทั้งยังจะได้ตามความปรารถนาในสัญญาว่า ขอสัญญาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิดอย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย ก็เพราะเหตุที่สัญญามิใช่ตัวตน ฉะนั้นสัญญา จึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และไม่ได้ตามความปรารถนาในสัญญาว่า ขอสัญญาของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย ภิกษุทั้งหลายสังขารมิใช่ตัวตน ก็หากสังขารนี้ จักเป็นตัวตนแล้วไซร้ ก็คงไม่เป็นไปเพื่ออาพาธ ทั้งยังจะได้ ตามความปรารถนาในสังขารว่า ขอสังขารของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย ก็เหตุที่สังขารมิใช่ตัวตน ฉะนั้นสังขารจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และไม่ได้ตามความปรารถนาในสังขารว่า ขอสังขารของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย ภิกษุทั้งหลาย วิญญาณมิใช่ตัวตน ก็หากวิญญาณนี้จักเป็นตัวตนแล้วไซร้ ก็คงไม่เป็นไปเพื่ออาพาธ ทั้งยังจะได้ตามความปรารถนาในวิญญาณว่า ขอวิญญาณ ของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย ก็เพราะเหตุที่วิญญาณมิใช่ตัวตน ฉะนั้นวิญญาณจึงเป็นไปเพื่ออาพาธและไม่ได้ตามความปรารถนาในวิญญาณว่า ขอวิญญาณของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่าง

นั้นเลย ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน รูปเที่ยงหรือไม่เที่ยง ภิกษุเหล่านั้นกราบทูลว่า ไม่เที่ยงพระเจ้าข้า ก็สิ่งใดไม่เที่ยงสิ่งนั้นเป็นทุกข์ หรือเป็นสุขเล่า? เป็นทุกข์พระเจ้าข้า ก็สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ควรหรือหนอที่จะตามเห็นสิ่งนั้นว่า นั่นเป็นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นตัวตนของเรา ไม่ควรเห็นอย่างนั้น พระเจ้าข้า ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน สัญญาเที่ยงหรือไม่เที่ยง ภิกษุทั้งหลายกราบทูลว่า ไม่เที่ยงพระเจ้าข้า ก็สิ่งใดไม่เที่ยงสิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุขเล่า? เป็นทุกข์พระเจ้าข้า ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ควรหรือหนอ ที่จะตามเห็นสิ่งนั้นว่า นั่นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นตัวตนของเรา ไม่ควรเห็นอย่างนั้นพระเจ้าข้า ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน สังขารเที่ยงหรือไม่เที่ยง ภิกษุเหล่านั้นกราบทูลว่า ไม่เที่ยงพระเจ้าข้า ก็สิ่งใดไม่เที่ยงสิ่งนั้นเป็นทุกข์ หรือว่าเป็นสุขเล่า? เป็นทุกข์พระเจ้าข้า ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดาควรหรือหนอ ที่จะตามเห็นสิ่งนั้นว่า นั่นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นตัวตนของเรา ไม่ควรเห็นอย่างนั้นพระเจ้าข้า ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลาย จะสำคัญความ

ข้อนี้เป็นไฉน วิญญาณเที่ยงหรือไม่เที่ยง ไม่เที่ยงพระเจ้าข้า ก็สิ่งใดไม่เที่ยงสิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุขเล่า? เป็นทุกข์พระเจ้าข้า ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ควรหรือหนอที่จะตามเห็นสิ่งนั้นว่า นั่นเป็นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นตัวตนของเรา? ไม่ควรเห็นอย่างนั้นพระเจ้าข้า ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนั้นแหละ รูปอย่างใดอย่างหนึ่งทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน เป็นภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ทั้งที่อยู่ในที่ไกลหรือใกล้ รูปทั้งหมดนั้นเธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบ ตามความเป็นจริง อย่างนี้ว่า นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นไม่เป็นเรา นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา เวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคตและปัจจุบัน เป็นภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ทั้งที่อยู่ไกลหรือใกล้ เวทนาทั้งหมดนั้น เธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบ ตามเป็นจริงอย่างนี้ว่า นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นเป็นเรา นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา สัญญาอย่างใดอย่างหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และ ปัจจุบัน เป็นภายใน หรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลว หรือประณีต ทั้งที่อยู่ไกลหรือใกล้สัญญาทั้งหมดนั้น เธอทั้งหลายพึงเห็นด้วย ปัญญาอันชอบ

ตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นไม่เป็นเรา นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา สังขารเหล่าใดเหล่าหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน เป็นภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ทั้งที่อยู่ไกล หรือใกล้ สังขารทั้งหมดนั้น เธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นเป็นเรา นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา วิญญาณอย่างใดอย่างหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบันเป็นภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ทั้งอยู่ที่ไกล หรือใกล้ วิญญาณทั้งหมดนั้น เธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบ ตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นไม่เป็นเรา นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา ภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกผู้ได้สดับแล้วเห็นอย่างนี้ ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในรูป แม้ในเวทนา แม้ในสัญญา แม้ในสังขาร แม้ในวิญญาณ เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมคลายกำหนัด เพราะคลายกำหนัดจึงหลุดพ้น เมื่อหลุดพ้นแล้วย่อมมีญาณหยั่งรู้ว่า หลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำ ทำเสร็จแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้มิได้มี พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสอนัตตลักขณสูตรนี้จบลง ภิกษุปัญจวัคคีย์ต่างมีใจยินดี ชื่นชม

พระภาษิตของ พระผู้มีพระภาคเจ้า ก็ขณะเมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้ากำลังตรัสเทศนาภาษิตนี้อยู่ ภิกษุปัญจวัคคีย์ ก็มีจิตหลุดพ้นจากอาสวะ เพราะไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยอุปาทาน ดังนี้แล

จบอนัตตลักขณสูตรเพียงเท่านี้

แต้มถวายโดย อรัญญวาสีภิกษุ ครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร
แห่งสำนักสงฆ์ถ้ำมหาโพธิสัตว์ราชคฤห์ เมืองงาว จ.ลำปาง

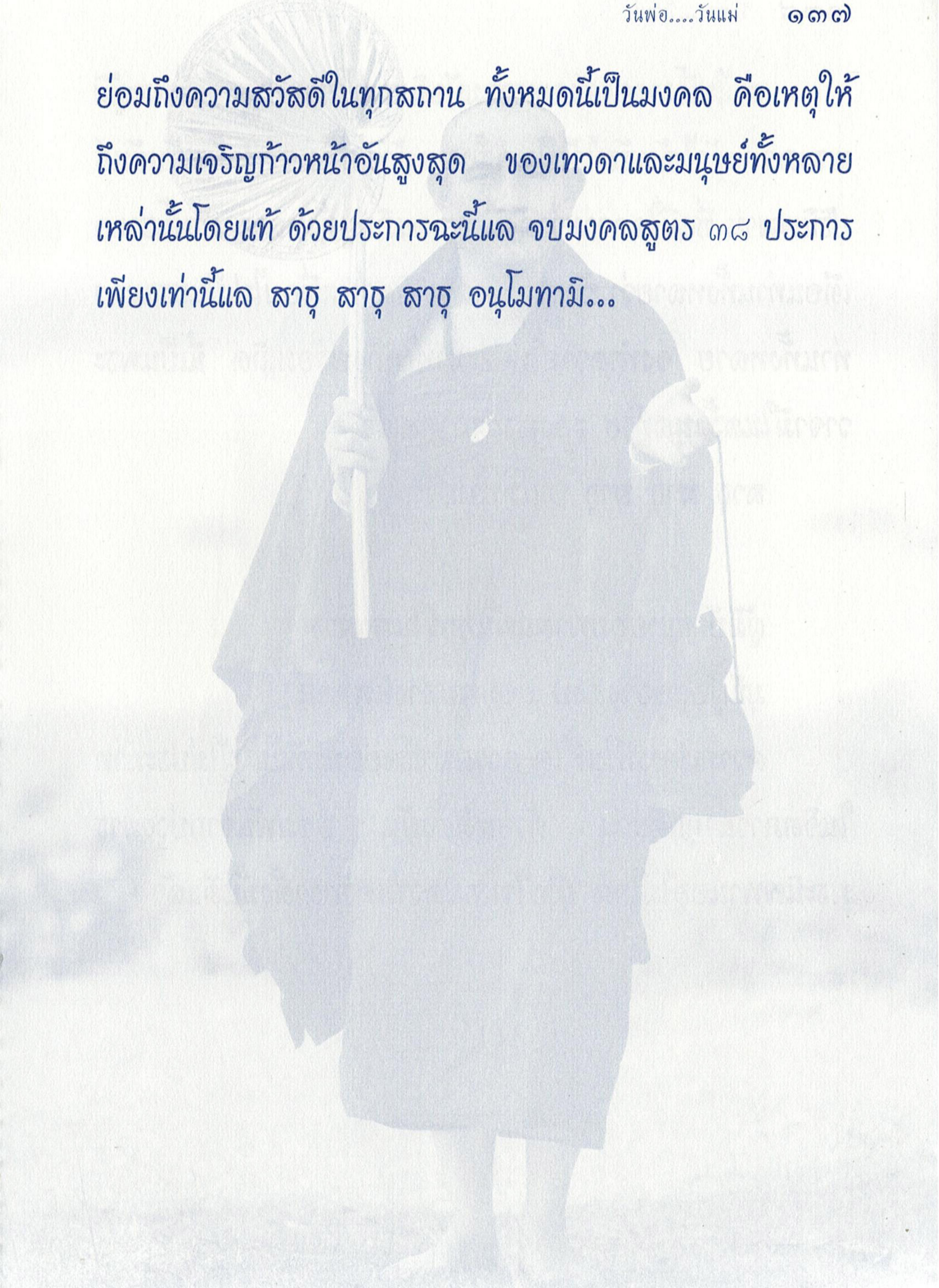
ขอน้อมถวายในเนื่องมงคลสมัยวโรกาสครบ ๗๙ พรรษา แห่งองค์สมเด็จพระราชินีนาถ พระแม่ของแผ่นดินไทยในสยาม วันที่ ๑๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๔ ขอน้อมเกล้าถวายพระพรชัย ขอทรงพระเจริญ

ต่อนี้ไป เราขอโอกาสแต้มเขียนธรรมมงคลสูตรถวาย ขอให้ท่านทั้งหลายอ่านฟัง ด้วยจิตอันเลื่อมใสเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิตประจำวัน ตราบเข้าสู่พระนิพพานนั้นแล เราขอแต้มออกจากบทสวดมนต์แปล เป็นพุทธวจนะ ให้ท่านทั้งหลายได้ทราบดังต่อไปนี้แล

สมัยหนึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า ประทับอยู่ที่วัดพระเชตวันมหาวิหาร อันเป็นอารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐีสร้างถวายในนครสาวัตถี ครั้นถึงเวลาแห่งราตรีคืนหนึ่ง มีเทวดาองค์หนึ่งได้กราบทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า หมู่เทวดาและมนุษย์มากหลายมุ่งหมายความเจริญก้าวหน้าได้คิดถึง เรื่องมงคลแล้ว ขอพระองค์ทรงบอกทางมงคลอันสูงสุดเถิด สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงตรัสตอบดังนี้ว่า การไม่คบคนพาล การคบบัณฑิต การบูชาต่อบุคคลที่ควรบูชา กิจสามอย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด การอยู่ในประเทศอันสมควร การเป็นผู้มีบุญได้ทำไว้ก่อนแล้ว การตั้งตนไว้ชอบ กิจสามอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด การเป็นผู้ได้ยินได้ฟังมาก การมีศิลปวิทยา วินัยที่ศึกษาดีแล้ว วาจาที่เป็นสุภาษิต กิจสามอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด การบำรุงเลี้ยงมารดาบิดา

การสงเคราะห์บุตรและภรรยา การงานที่ไม่ยุ่งเหยิงสับสน กิจสามอย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด การบำเพ็ญทาน การประพฤติธรรม การสงเคราะห์หมู่ญาติ การงานอันปราศจากโทษ กิจสี่อย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด การงดเว้นจากบาปกรรม การเหนี่ยวรั้งใจไว้ได้จากการดื่มน้ำเมา การไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย กิจสามอย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด ความเคารพอ่อนน้อม ความถ่อมตนไม่เย่อหยิ่งจองหอง ความสันโดษยินดีในของที่มีอยู่ ความสันโดษยินดีในของที่มีอยู่ ความเป็นคนกตัญญูการฟังธรรมตามกาล กิจห้าอย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด ความอดทน ความเป็นคนว่าง่าย การพบเห็นสมณะผู้สงบจากกิเลส การสนทนาธรรมตามกาล กิจสี่อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด ความเพียรเผากิเลส การประพฤติพรหมจรรย์ การเห็นอริยสัจจ์ การทำพระนิพพานให้แจ้ง กิจสี่อย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด จิตของผู้ใดอันโลกธรรมทั้งหลายถูกต้องแล้ว ย่อมไม่หวั่นไหว เป็นจิตไม่เศร้าโศก เป็นจิตไร้ธุลีกิเลส เป็นจิตอันเกษมสานต์ กิจสี่อย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด หมู่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลายได้กระทำมงคลทั้งสามสิบแปดประการเหล่านี้ให้มีในตนได้แล้ว จึงเป็นผู้ไม่พ่ายแพ้ในที่ทั้งปวง

ย่อมถึงความสวัสดีในทุกสถาน ทั้งหมดนี้เป็นมงคล คือเหตุให้ถึงความเจริญก้าวหน้าอันสูงสุด ของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลายเหล่านั้นโดยแท้ ด้วยประการฉะนี้แล จบมงคลสูตร ๓๘ ประการ เพียงเท่านี้แล สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ...



ต่อไปนี้เราขอแต้มบทธรรมปัจฉิมพุทโธวาทปาฐะ ที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้เป็นครั้งสุดท้ายก่อนจะเสด็จดับขันธ์ปรินิพพาน ซึ่งมีใจความว่าดังนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนท่านทั้งหลายว่า สังขารทั้งหลาย มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา ท่านทั้งหลาย จงทำความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด นี้เป็นพระวาจามีในครั้งสุดท้าย ของพระตถาคตเจ้า

สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ

ผู้มีปัญญาย่อมพาตนพ้นทุกข์ในสงสาร

มุนีผู้อยู่อย่างสงบ ย่อมพบทางนิพพาน

ความเพียรมีในที่ใด ความสำเร็จย่อมมีที่นั่น ผู้ไม่ประมาทในจิตภาวนาทุกคืนวัน ด้วยสติตั้งมั่น ย่อมพ้นจากบ่วงมาร พระนิพพานอยู่ไม่ไกล เมื่อใจเรามีความศรัทธาตั้งมั่นดีแล้ว

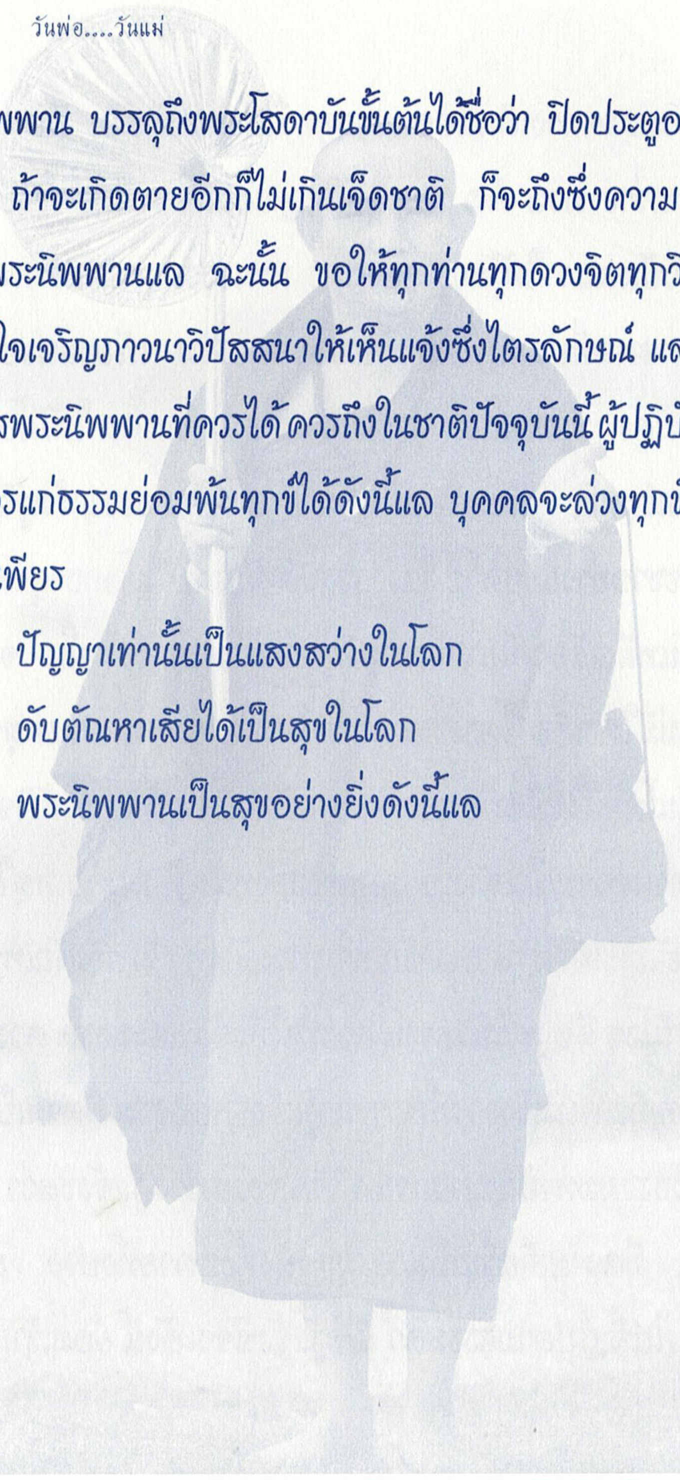
ต่อไปนี้เราขอโอกาสพ่อแม่ ครูบาอาจารย์และลูกๆ ญาติธรรมทั้งหลายผู้แสวงหาสัจจธรรม พระนิพพานทั้งหลาย จงตั้งใจอ่านฟังข้อธรรมะสภาวะที่เกิดขึ้นกับดวงจิตเรา เพื่อเป็นคติสอนใจในการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน เพื่อความดับไปแห่งกองทุกข์ในวัฏฏะ เพื่อข้ามฝั่งแห่งโอฆะสงสารถึงพระนิพพานเป็นที่สุดนั้นแล ดูก่อนท่านผู้แสวงหาทางพ้นทุกข์ทั้งหลาย การที่เราเกิดมาเป็นมนุษย์นี้ เป็นบุญกุศลอย่างยิ่ง และได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนาคำสอนอันเป็นอมตะ สัจธรรมอันประเสริฐ ฉะนั้นจงอย่าปล่อยโอกาสอันดีนี้ให้ผ่านไปอย่างน่าเสียดาย จงตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาทในชีวิตจงอุทิศกายวาจาจิตแด่พระรัตนตรัยและการปฏิบัติธรรมด้วย ความสุจริต เพราะว่าชีวิตนี้ไม่แน่นอนเราอาจตายเวลาใดก็ได้ ฉะนั้นเวลาเหลืออยู่น้อยไปทุกวันที่เราจะอยู่ในโลกใบนี้ จงใช้สติปัญญาพิจารณาให้ถี่ถ้วน รอบคอบ และวางแผนชีวิตให้ดีมีระเบียบในการดำเนินชีวิตประจำวัน จงตั้งจิตใจให้มั่นคงดำรงค์อยู่ในศีลธรรมอันดีมีประโยชน์ ให้รีบตักตวงเอาบุญกุศลให้มากที่สุด รีบเก็บเกี่ยวเอากำไรชีวิตด้วย ทาน ศีล ภาวนา ศีล สมาธิ ปัญญา วิชชา วิมุตติให้ได้ในชาติปัจจุบันนี้

จงถอนความโลภ โกรธ หลง มานะ ทิฏฐิ อวิชชา ออกจากจิตสันดานของเรา ให้กายเบา จิตเบา หายเมา หายหลงไหล ในโลกมายานี้ให้มีสติรู้ทันปัจจุบันธรรม รู้แจ้งรูปนามสังขารธาตุขันธ์ทุกสิ่งทั้งปวงเป็นอนัตตาสุญญตา หาสาระไม่ได้ จงรักษาใจให้ดีมีความเพียรสอดส่องตัวเองตลอดว่า เราบกพร่องตรงไหน เมื่อรู้แล้วให้รีบปรับปรุงแก้ไขตัวเองให้ดีมีความยุติธรรมตั้งตนอยู่ด้วยความถูกต้องปกติตามธรรม การปฏิบัติธรรมนี้ต้องศึกษาปฏิบัติด้วยธรรมชาติในชีวิตประจำวัน ให้โพธิปัญญานำหน้า รู้ตัวทั่วพร้อมทุกขณะจิต ทุกลมหายใจ ทุกอิริยาบท ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ ให้มีสติตามดูรู้เห็นอาการของกายและใจอยู่ตลอดไม่หลงไม่ลืม เมื่อเหลียวซ้ายแลขวา ก้มเงย ลืมตา อ้าปาก กลืนน้ำลาย การยกมือ ยกแขน ยกขา เดินย่างทุกก้าว อย่างมีสติไม่ให้อวิชชา ความหลง ครอบงำจิตใจได้ ไม่ปล่อยโอกาสแก่มาร คือกิเลส ความรัก ความชัง ยินดี ยินร้าย ชอบ ไม่ชอบ ไม่เกิดขึ้นและไม่ปรุงแต่งสังขาร ให้เกิดเวทนา ตัณหา อุปาทานให้เกิดภพ เกิดชาติ ทุกข์โศกนานา ให้จบไปสิ้นไป ดับรอบแห่งกองทุกข์ทั้งหลาย เมื่อจิตรู้จิตตื่นเบิกบานอย่างยิ่ง ย่อมรู้แจ้งสัจธรรม

ความจริงของรูปนามธาตุขันธ์ ไม่ติดใจสงสัยในสิ่งใดว่าเป็นเรา เป็นเขา สัตว์บุคคลตัวตนอะไรทุกสิ่งในโลกธาตุจักรวาลนี้ มีแต่ธาตุเท่านั้น และธรรมชาติแห่งความเกิดดับ ไหลไป ตามเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น ตั้งอยู่ชั่วคราวแล้วก็ดับไป ตามกาลเวลา วิถีแห่งสัจจะธรรมชาติไม่ควรเข้าไปข้องแวะในรูปในนามสิ่งใดทั้งที่เป็นอดีต อนาคต ปัจจุบัน ที่ใกล้ที่ไกล เลวหรือประณีตทุกสิ่งเป็นอนัตตา เมื่อจิตรู้แจ้งแล้วจึงปล่อยวาง ความยึดมั่นถือมั่น ด้วยประการทั้งปวง จึงถึงซึ่งธาตุแท้แห่งความดับทุกข์ดังนี้แล ธรรมดาแล้วในโลกจักรวาลนี้ย่อมเป็นไปตามกระแสแห่งเหตุและปัจจัยธรรมชาติ เมื่อเข้าใจธรรมชาติทุกสิ่ง ย่อมเข้าถึงโพธิภาวะอันบริสุทธิ์เป็นอนันตกาล อนันตธาตุ ที่มีอยู่เป็นอยู่ตามธรรมดา ขอให้เราตั้งใจจริงต่อการปฏิบัติธรรม ตามสัจจะชีวิตที่สอนเราอยู่ตลอดประกาศความจริงแห่งไตรลักษณ์ให้เราเห็นอยู่รู้อยู่ตลอดทุกขณะจิต ที่เราไม่รู้ทราบถึงสัจจะความจริง เพราะเราติดสมมติบัญญัติมายาโลกที่ว่างเปล่า ด้วยอวิชชาตัณหาอุปาทานจึงพาเราเวียนตายเวียนเกิดในวัฏฏสงสารเอนกชาติหาที่สุดมิได้ จงมองทุกสิ่งเป็นธรรมะ จงละทุกสิ่งที่ไม่เที่ยง จงเพ่งให้รู้ ดูให้

เห็นทำให้เป็น ว่าทุกสิ่ง ตถตาเช่นนั้นเอง ท่านผู้รู้ทั้งหลายจึงรู้ชัดว่าสัตว์สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง มีแต่ความทุกข์ ทนอยู่ไม่ได้ ไม่ใช่ตัวตน เป็นสิ่งว่างเปล่า เมื่อโพธิจิตรู้แจ้ง จึงละวางขันธ์ห้า มีจิตยินดีในพระนิพพานอันสงบระงับดับเย็นสนิทของสังขารทั้งปวง อันหาปัจจัยปรุงแต่งไม่ได้นั้นแล การปฏิบัติธรรม ต้องตั้งใจจริงด้วยความขันติ อดทน และความเพียร มีศรัทธานำหน้า และประกอบด้วยสติปัญญาญาณตลอดให้ มีสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบเป็นสิ่งนำทางให้เดินสายกลางอย่าตึงเกินไป อย่าหย่อนเกินไปให้พอดีพอควรจึงจะบรรลุมรรคผลนิพพานได้ ขอให้มีจิตเกิดความสังเวชธรรมอยู่เนืองๆ ให้พิจารณาถึงการเกิด แก่ เจ็บ ตาย และทุกข์ในอบายภูมิทั้งสี่ และให้นึกถึงทุกข์ในวัฏฏสงสารในอดีต ที่เราได้เกิดตาย นับภพนับชาติไม่ถ้วน และทุกข์ในการบริหารกายใจได้แบกขันธ์ห้า หาอาหารมาเลี้ยงปากเลี้ยงท้องอยู่ทุกวัน ก็เป็นทุกข์อนาคตภายภาคหน้า นับชาติมิได้ตราบใดยังไม่เข้าถึงพระนิพพานก็จะต้องเกิดตายเป็นทุกข์อย่างนี้หาที่สุดมิได้ ควรแท้ที่จะเบื่อหน่ายในรูปนามธาตุขันธ์อันนี้ เมื่อจิตเกิดความสังเวชแล้วย่อมเห็นทุกข์สัจจะ มองเห็นเหตุให้เกิดทุกข์ และความดับไปแห่งทุกข์

และรู้แจ้งมรรคทางเดินที่ออกจากทุกข์ไปตามลำดับ คือ ความสะอาด สว่าง สงบ ศีล สมาธิ ปัญญานั้นแล ขอให้ตั้งใจบำเพ็ญภาวนา วิปัสสนา ให้รู้แจ้ง รูปธรรม นามธรรม ตามสภาวะความเป็นจริง ตามที่ปรากฏให้เห็นในปัจจุบันธรรม เพียงแต่ขอให้เรามีสติตามดูตามรู้เท่านั้นว่า ทุกสิ่งเกิดดับๆอยู่ตลอด ให้มีโยนิโสมนสิการนำหน้า น้อมจิตเข้าหาธรรมและน้อมธรรมเข้าสู่จิตโดยปัญญาวิชชาอย่างแยบคาย รู้แจ้งธรรมชาติทุกสิ่งในโลกธาตุจักรวาลว่าเป็นอันหนึ่งเดียวกับเราที่สมมุติว่าเป็นก้อนทุกข์เท่านั้น จะว่าไปแล้ว ก็ไม่มีใครเกิด ใครตาย ทุกสิ่งไหลไป ตามสภาวะเหตุปัจจัยเท่านั้น ในโลกนี้ไม่มีอะไรนอกจากทุกข์เท่านั้นที่เกิดดับ ให้พิจารณาเห็นชัดตามความเป็นจริงว่า ทุกข์ควรกำหนดรู้ สมุทัยเหตุให้เกิดทุกข์คือตัณหาทั้งสาม กามตัณหา ภาวะตัณหา วิภาวะตัณหา ควรประหาร นิโรธ คือ พระนิพพาน ควรทำให้แจ้ง และมรรค ควรเจริญภาวนาให้เกิดขึ้นในจิต เมื่อภาวนารู้แจ้งสัจจธรรม ตามเป็นจริงแล้วดวงธรรมมหาปัญญา มหาโพธิจิตย่อมสว่าง รู้แจ้งชัดว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่ง มีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดาสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ย่อมมีความดับไปสิ้นไปตามธรรมดา เมื่อรู้แจ้งสัจจะดังนี้ ย่อมเข้ากระแส



พระนิพพาน บรรลุถึงพระโสดาบันขั้นต้นได้ชื่อว่า ปิดประตูอบายภูมิทั้งสี่ ถ้าจะเกิดตายอีกก็ไม่เกินเจ็ดชาติ ก็จะถึงซึ่งความดับทุกข์เข้าสู่พระนิพพานแล ฉะนั้น ขอให้ทุกท่านทุกดวงจิตทุกวิญญาณจงตั้งใจเจริญภาวนาวิปัสสนาให้เห็นแจ้งซึ่งไตรลักษณ์ และเข้าถึงกระแสพระนิพพานที่ควรได้ ควรถึงในชาติปัจจุบันนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมย่อมพ้นทุกข์ได้ดังนี้แล บุคคลจะล่วงทุกข์ได้ด้วยความเพียร

ปัญญาเท่านั้นเป็นแสงสว่างในโลก
ดับตัณหาเสียได้เป็นสุขในโลก
พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่งดังนี้แล

ต่อไปนี้เราขอแสดงชี้แจงการปฏิบัติธรรมตามลำดับ เพื่อให้ท่านทั้งหลายได้ทราบเป็นแนวทางในการปฏิบัติในชีวิตประจำเพื่อความดับทุกข์เพื่อทำทางพระนิพพานให้แจ้ง ขอให้ตั้งจิตอยู่ในอาการสงบ ด้วยจิตเลื่อมใสเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ท่านทั้งหลายตลอดกาลนั้นแล ดังเราจะได้กล่าวต่อไปนี้

ก่อนอื่นจะต้องทราบถึงอินทรีย์ธรรมทั้งห้า เพื่อเป็นทางเดินเข้าสู่โลกุตระมรรคผลนิพพานต่อไป คำว่า อินทรีย์ แปลว่า ความเป็นใหญ่ คือความเป็นใหญ่ด้วยศรัทธา ความเป็นใหญ่ด้วยความเพียร ความเป็นใหญ่ด้วยสติ และความเป็นใหญ่ด้วยสมาธิ ความเป็นใหญ่ด้วยปัญญา ธรรมดาแล้วทุกสิ่งทั้งปวง ต้องมีความเป็นใหญ่เป็นผู้นำทางก่อน จึงจะเดินทางไปสู่จุดหมายปลายทางได้ เราควรทราบถึงความยิ่งหย่อนของอินทรีย์ในตนว่าเป็นอย่างไร ความศรัทธาเรามีเท่าใด ความเพียรเรามีหรือไม่มี สติเราหย่อนไปเท่าใด ความตั้งใจมั่นเรามีเท่าใด ปัญญาเรามีมากน้อยแค่ไหนให้หมั่นตรวจสอบตนเองอยู่เสมอ ให้ทราบถึงความยิ่งหย่อนอินทรีย์ของตนแล้วพยายามปรับให้เสมอกัน คือ ศรัทธาและปัญญาให้เท่ากัน สมาธิ ความเพียรให้เสมอกัน ส่วนสตินั้นมันชอบขาดอยู่

ตลอด ขอให้ใช้พิจารณญาณ รู้แจ้งแล้วค่อยเจริญภาวนาไปตามบุญบารมี เราได้สร้างสมไว้ในอดีตชาติทุกคน ทุกชีวิตจะต้องผ่านการสร้างบุญสร้างบาปมาเหมือนกัน ต่างก็มีพื้นเพจริตนิสัยต่างกัน ที่ได้สะสมมาหลายเอนกชาตินับไม่ถ้วน การสร้างกุศลบุญบารมีมาทุกชาติจึงส่งให้เรามาเกิดเป็นมนุษย์ผู้มีใจสูง และสามารถปฏิบัติธรรมให้เห็นแจ้งถึงมรรคผลนิพพานได้สุดแล้วแต่ วาสนาบารมีของใครมันที่ได้บำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา สมถะวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามลำดับ จนถึงความดับทุกข์ในวัฏฏสงสาร ถึงพระนิพพานนั้นแล การเจริญภาวนากัมมัฏฐานนั้น มีหลายประการต่างๆ คือ มีกัมมัฏฐานสี่สิบดวง คือ อนุสติสิบ กสิณะสิบ อสุภะสิบ พรหมวิหารธรรมสี่ อาหาเรปฏิกูลสัญญาหนึ่ง จตุวัตถานธาตุหนึ่ง รูปปะกัมมัฏฐาน และอรูปปะกัมมัฏฐานที่แปดประการ ที่กล่าวโดยย่อทั้งหมด ก็คือกัมมัฏฐานสี่สิบดวง เราจะปฏิบัติภาวนาดวงใดก็ได้ตามอุปนิสัยของใครมัน ถ้าอยากรู้แจ้งรายละเอียดให้อ่านในหนังสือธรรมวิสุทธิมรรค บทกัมมัฏฐานนิเทศนั้นแล ที่นี้เราขอกล่าวโดยย่อ ยกเอาอานาปานุสสติมาแสดงให้ทราบ และการเจริญภาวนามหาสติปัฏฐานสี่ และขอกล่าวบทธรรมรวมยอด คือ

โพธิปักขิยธรรมสามสิบเจ็ดประการโดยสังเขปให้ท่านทั้งหลายได้ทราบต่อไป ท่านที่จะเจริญภาวนาสมถะวิปัสสนากัมมัฏฐานควรตัดปลิโพธกังวลต่างๆ ให้หมดสิ้นก่อน ค่อยปฏิบัติภาวนาต่อไป คือให้ตัดปลิโพธ ๑๐ ประการ คือ

๑. อาวาสปลิโพธ กังวลเรื่องที่อยู่

๒. กุลปลิโพธ กังวลเรื่องตระกูล

๓. ลาภปลิโพธ กังวลเรื่องลาภสักการะ

๔. คณปลิโพธ กังวลเรื่องหมู่คณะ

๕. กัมมปลิโพธ กังวลเรื่องนวกรรม (งานก่อสร้าง)

๖. อัทธานปลิโพธ กังวลเรื่องการเดินทาง

๗. ญาติปลิโพธ กังวลเรื่องญาติ

๘. อาพาธปลิโพธ กังวลเรื่องโรคภัยไข้เจ็บ

๙. คันถปลิโพธ กังวลเรื่องเล่าเรียน

๑๐. อิทธิปลิโพธ กังวลเรื่องการแสดงอิทธิฤทธิ์

เมื่อตัดปลิโพธแล้ว ควรไปสู่ที่สงัดในใต้ต้นไม้ก็ดี ในป่าก็ดี ในเรือนว่างก็ดี ในเงื้อมถ้ำก็ดี ทำความสะอาดปัดกวาดให้ดีงาม หรือว่าไปสู่ใต้ต้นพระศรีมหาโพธิ์ก็ดี ไปสู่ลานเจดีย์ก็ดี กระทำ

วัตรปฏิบัติกราบไหว้บูชาแล้วหาที่นั่งอันสงัดสมควรแก่ฐานะของตนแล้ว ขอขมาพระรัตนแก้วเจ้า ห้าจำพวก แล้วน้อมจิตแผ่เมตตาให้พ่อแม่ครูบาอาจารย์ญาติพี่น้อง และผู้มีพระคุณทั้งหลายเจ้ากรรมนายเวรสรรพสัตว์ทั้งหลายน้อยใหญ่ทั่วแสนโกฏิจักรวาลหาประมาณมิได้ แล้วให้พิจารณาสังเวควัตถุธรรม แปดประการที่เราได้กล่าวแล้ว ในเบื้องต้นแล้ว ให้นั่งสบายคู้บัลลังก์ ตั้งกายให้ตรงดำรงสติไว้เฉพาะหน้า แล้วสูดลมหายใจเข้ายาวๆ ออกยาวๆ กำหนดลมหายใจไปเรื่อยๆ จนจิตสงบจากนิวรณ์ธรรมทั้งห้า เจริญภาวนา อานาปานุสติไปด้วยจิตตั้งมั่นให้เกิดขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ เป็นลำดับให้เกิดความสงบ วิเวก กาย ใจ เป็นอันใช้ได้ให้จิตสงบนิ่งเป็นเอกคตารมณ์เราขอกล่าวอธิบายเรื่องนิวรณ์ทั้งห้า ที่เป็นอกุศลธรรม เครื่องกางกั้นไม่ให้ความดีกุศลธรรมเกิดขึ้น หรือที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมหายไปเพราะว่านิวรณ์นี้แล คือนิวรณ์ทั้งห้าประการ

๑. กามฉันทะ ความพอใจ ติดใจในกามคุณมี รูป เสียง รส โผฏฐัพพะ ถูกต้องสัมผัสทางกาย และธรรมมารมณ์ ความนึกคิดต่างๆ ซึ่งเป็นเหตุไม่ให้กุศลสมาธิธรรมเกิดขึ้น

๒. พยาปาทะ คือ ความพยาบาท เคียดแค้น สัตว์บุคคลอื่น กล่าวคือ โทสะ จิตอกุศล ที่ทำให้ไม่เกิดความสงบจิตได้

๓. ถีนมิทธะ คือ ความง่วงเหงาหาวนอน เซื่องซึม จิตไม่แจ่มใสเบิกบานเป็นเหตุให้กุศลธรรม สมาธิจิตไม่เกิดขึ้น

๔. อุทธัจจะกุกกุจจะ คือ ความมีจิตฟุ้งซ่าน คิดปรุงแต่งไปต่างๆ นานา ไม่สงบอยู่ในอารมณ์อันเดียวนั้นแล

๕. วิจิกิจฉา คือ ความสงสัยในบุญบาปตลอดถึงมรรคผลนิพพาน ข้อวัตรปฏิบัติต่างๆ ทำให้จิตหวั่นไหว ไม่ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวนั้นแล ฉะนั้นท่านผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย พึงกำหนดรู้จิตของตนให้ปราศจากนิวรณ์ทั้งห้า ตั้งแต่ต้นแล้วค่อยเจริญภาวนาต่อไป จึงจะสำเร็จผลสมความตั้งใจ

กล่าวเรื่องนิวรณ์ห้าจบ เท่านี้

ต่อไปนี้เราขอนำบทธรรมเรื่อง อานาปานุสสติสูตร เป็นพุทธวจนะ มาแสดงให้ทราบดังต่อไปนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติ อันบุคคลเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติอันบุคคลเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำสติปัฏฐานทั้งสี่ให้บริบูรณ์ โพชฌงค์ทั้งเจ็ดอันบุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมทำวิชชาและวิมุตติให้สมบูรณ์ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อานาปานสติอันบุคคลเจริญทำให้มากแล้วอย่างไรเล่า? จึงมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่? ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ไปแล้วสู่ป่าก็ตาม สู่โคนต้นไม้ก็ตาม สู่เรือนว่างก็ตาม นั่งคู้ขาเข้ามาโดยรอบแล้ว ตั้งกายตรง ดำรงสติมั่น ภิกษุนั้นเป็นผู้มีสติอยู่นั่นเทียว หายใจออกมีสติอยู่ ภิกษุนั้นเมื่อหายใจออกยาวก็รู้สึกตัวทั่วถึง ว่าเราหายใจออกยาวดังนี้ เมื่อหายใจเข้ายาวก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่าเรา หายใจเข้ายาว ดังนี้ ภิกษุนั้นเมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า เราหายใจออกสั้นดังนี้เมื่อหายใจเข้าสั้นก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่าเราหายใจเข้าสั้น ดังนี้ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งกายทั้งปวงจักหายใจออกดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะ

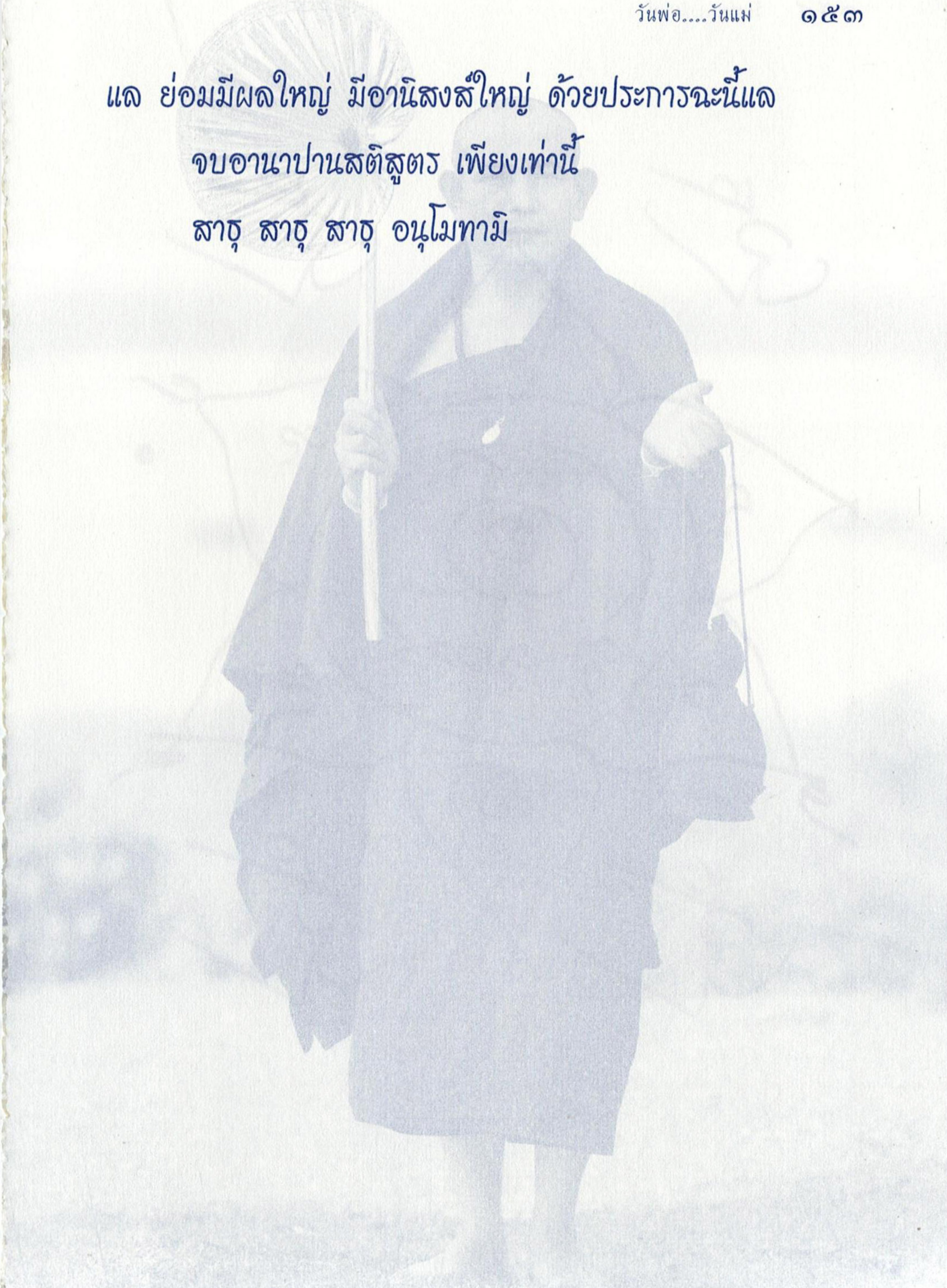
ซึ่งกายทั้งปวงจักหายใจเข้าดังนี้ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำกายสังขารให้รำงับอยู่จักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งปีติจักหายใจออก ดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งปีติ จักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งสุข จักหายใจออก ดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งสุข จักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งจิตสังขาร จักหายใจออก ดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งจิตสังขารจักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตสังขารให้รำงับอยู่ จักหายใจออกดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตสังขารให้รำงับอยู่ จักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งจิต จักหายใจออกดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่าเราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งจิตจักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ปราโมทย์ยิ่งอยู่ จักหายใจออกดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ปราโมทย์ยิ่งอยู่ จักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้

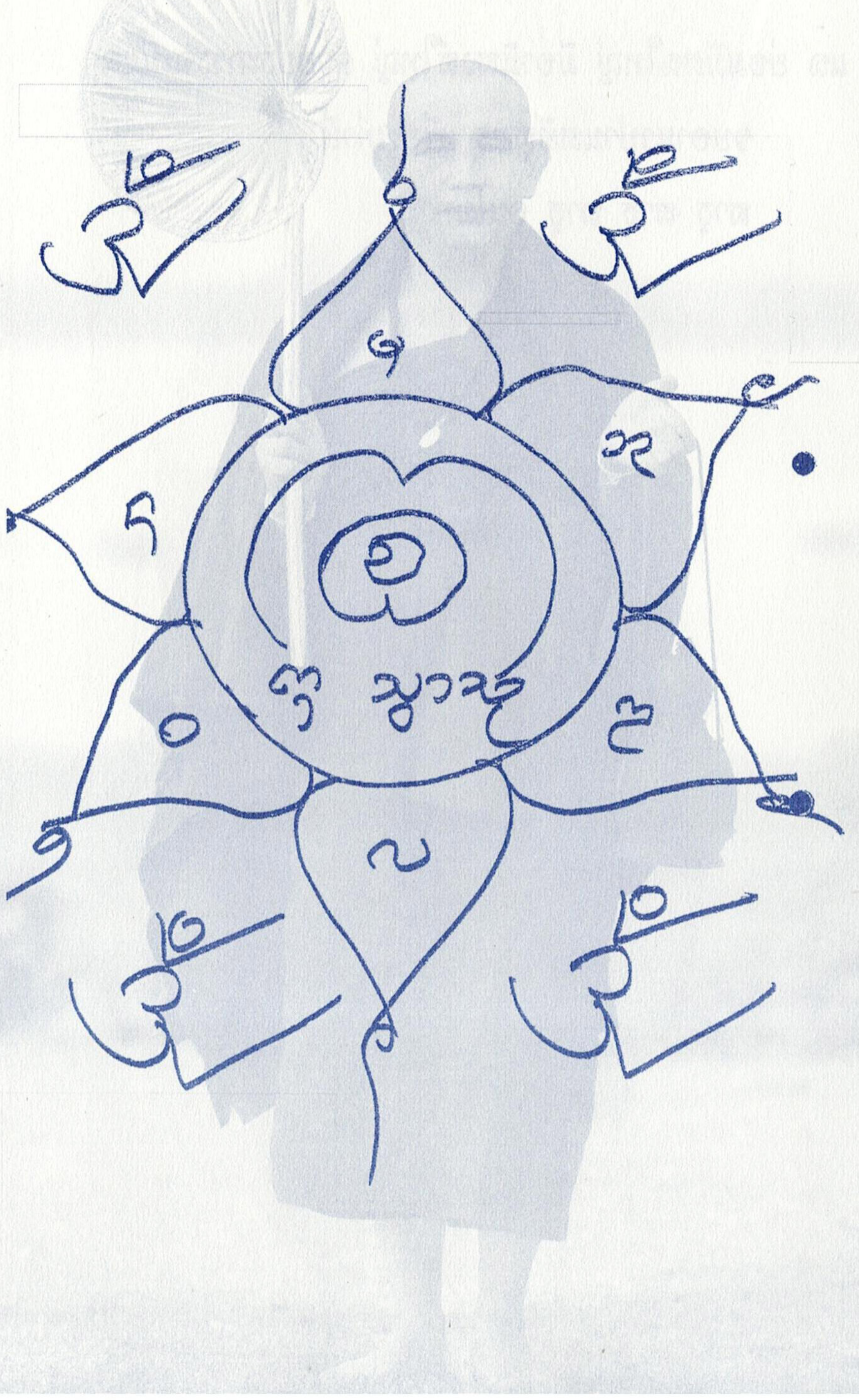
ตั้งมั่นอยู่จักหายใจออกดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ตั้งมั่นอยู่ จักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่าเราเป็นผู้ทำจิตให้ปล่อยอยู่ จักหายใจออกดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ปล่อยอยู่ จักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความไม่เที่ยงอยู่ เป็นประจำ จักหายใจออกดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความไม่เที่ยง อยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้า ดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความจางคลายอยู่เป็นประจำ จักหายใจออกดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่าเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความจางคลายอยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความดับไม่เหลืออยู่เป็นประจำ จักหายใจออกดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความดับไม่เหลืออยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้าดังนี้ ภิกษุนั้นย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความสลัดคืนอยู่เป็นประจำ จักหายใจออกดังนี้ ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความสลัดคืนอยู่เป็นประจำจักหายใจเข้าดังนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติ อันบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้วอย่างนี้

แล ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ ด้วยประการฉะนี้แล

จบอานาปานสติสูตร เพียงเท่านี้

สาธุ สาธุ สาธุ อนุโมทามิ





ต่อไปนี้เรา ขอกล่าวอธิบายบทธรรมโพธิปักขิยธรรม สามสิบเจ็บประการ โดยย่อสังเขป ให้ท่านทั้งหลายได้ทราบดังต่อไปนี้

๑. สติปัฏฐานสี่

๒. สัมมัปปธานสี่

๓. อิทธิบาทสี่

๔. อินทรีย์ห้า

๕. พละธรรมห้า

๖. โพชฌงค์เจ็ด

๗. อัฏฐังคิกมรรค มีองค์แปดประการ

รวมเป็นโพธิธรรมปักขิยะ สามสิบเจ็ดเป็นธรรม นำไปสู่การตรัสรู้ที่ควรรู้แจ้งศึกษาอย่างยิ่ง เพื่อความดับทุกข์ เพื่อนิพพานนั้นแล ต่อไปเราขอ อธิบายเป็นบทๆ โดยย่อให้ทราบ ดังนี้ คือ

๑. สติปัฏฐานสี่ภาวนา เห็นกายในกาย เห็นเวทนาใน เวทนา เห็นจิตในจิต เห็นธรรมในธรรมได้ชื่อว่า เป็นทางเอกที่นำให้ถึงพระนิพพาน ถ้าอยากทราบรายละเอียดให้อ่านศึกษาในมหาสติ-ปัฏฐานสูตร มีอธิบายเป็นบทๆ และอานิสงส์ของการเจริญภาวนา

สติปัฏฐานสี่ มีไว้ทุกขั้นตอนให้ทราบ ที่นี้เรากล่าวเพียงหัวข้อบท ธรรมเท่านั้น ขอให้เข้าใจตามนี้



ต่อไปนี้จะได้กล่าวบทธรรมสัมมัปปธาน ๔ ประการให้ทราบ

๑. สังวปธานเพียรระวัง ไม่ให้บาปอกุศลเกิดขึ้นในจิตใจของเรา

๒. ปหานปธาน เพียรประหารบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ในจิตใจให้หมดไปหายไปจากตัวตนอย่างถาวรต่อไป

๓. ภาวนาปธาน เพียรเจริญภาวนาให้กุศลเกิดขึ้นในจิตใจ

๔. อนุรักขนาปธาน เพียรรักษาบุญกุศลที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อมหายไปจากจิตใจ

ทั้ง ๔ ประการนี้เรียก สัมมัปปธาน ๔

ต่อไปคือ อิทธิบาท ๔ ประการ

๑. ฉันทะ มีความพอใจในการสร้างบุญกุศลตลอด

๒. วิริยะ มีความขยันหมั่นเพียรในบุญกุศล ตื่นตัวตื่นใจในกุศลธรรมทุกเมื่อ

๓. จิตตะ มีจิตใจฝักใฝ่ในบุญกุศลตลอด

๔. วิมังสา มีความไตร่ตรองหาเหตุผลในกุศลธรรมทุกเมื่อนี้ เรียกว่า อิทธิบาท ๔ ประการ

อินทรีย์ ๕ ประการ

๑. สันธินทรีย์ ความมีศรัทธาเป็นใหญ่

๒. วิริยินทรีย์ ความมีความเพียรเป็นใหญ่

๓. สตินทรีย์ ความมีสติเป็นใหญ่

๔. สมาธินทรีย์ ความมีจิตตั้งมั่นเป็นใหญ่

๕. ปัญญินทรีย์ ความมีปัญญาเป็นใหญ่

ต่อไป พละธรรมทั้ง ๕ ประการ คือ

๑. ศรัทธาพลัง มีกำลัง คือศรัทธา

๒. วิริยพลัง กำลัง คือความเพียร

๓. สติพลัง กำลัง คือสติ

๔. สมาธิพลัง กำลัง คือสมาธิ

๕. ปัญญาพลัง กำลัง คือปัญญา

ต่อไปจะได้กล่าวบทธรรมโพชฌงค์ ๗ ประการ

๑. สติ มีความระลึกรู้ตัวทั่วพร้อมตลอด เป็นองค์ธรรมนำไปสู่การตรัสรู้

๒. ธัมมวิจยะ มีความวิจัยธรรม อันเป็นองค์แห่งการตรัสรู้

๓. วิริยะ มีความเพียรอย่างยอดเยี่ยมเป็นองค์ธรรม นำให้ตรัสรู้

๔. ปีติ มีความเอิบอิ่มใจในธรรมเป็นองค์ให้ได้ตรัสรู้

๕. ปัสสัทธิ มีความสงบรำงับแห่งจิตอันประณีต เป็นองค์ธรรมนำให้ตรัสรู้

๖. สมาธิ มีความตั้งจิตมั่น เป็นองค์ธรรมนำให้ตรัสรู้

๗. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ มีความวางเฉยในรูปนาม สัพพะสังขารทั้งหลาย อันเป็นองค์ธรรม นำให้ตรัสรู้

ต่อไปจะได้กล่าวมรรคมีองค์แปดประการ

๑. สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ

๒. สัมมาสังกัปปะ มีความดำริชอบ

๓. สัมมาวาจา มีวาจาชอบ

๔. สัมมากัมมันตะ มีการงานชอบ

๕. สัมมาอาชีวะ มีการเลี้ยงชีวิตชอบ

๖. สัมมาวายามะ มีความเพียรชอบ

๗. สัมมาสติ มีสติระลึกชอบ

๘. สัมมาสมาธิ มีความตั้งจิตมั่นชอบ

นี้คือ มรรคมีองค์แปดประการ รวมบทธรรมทั้งหมด คือ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ซึ่งเป็นธรรมนำให้ถึงการตรัสรู้อัน เป็นธรรมควรรู้ ควรศึกษา และปฏิบัติตามเพื่อความถึง วิมุติธรรม อันบริสุทธิ์ โลกุตตรธรรม อันสูงสุดในพุทธศาสนา ที่เราท่าน ทั้งหลาย สมควรรู้แจ้ง และปฏิบัติตามเพื่อความดับไปแห่งทุกข์ ในวัฏฏสงสาร ถึงพระนิพพานเป็นที่สุดนั้นแล เราได้อธิบายหัวข้อ ธรรมโพธิปักขิยะ ๓๗ ประการ ได้ทราบไว้เป็นแนวทางปฏิบัติธรรม ในชีวิตประจำวัน เพื่อเป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ทุกท่านที่แสวงหา สัจจธรรม จึงขอยุติไว้เท่านี้ ขอความสุขกาย สุขใจ จงมีแด่ท่าน ขอให้เจริญสติ เจริญปัญญา มีดวงตาเห็นแจ้งสัจจธรรมในชาติ ปัจจุบันนี้ เข้าถึง อสังขธาตุ พระนิพพานด้วยเทอญ จากธาตุรู้ สู่ธาตุรู้ อนันตธรรม เมตตาจากดวงใจอันบริสุทธิ์ โดยตุ๊เจ้ามหาป่า อรัญญวาสีภิกขุ ครูบาบุญชุ่ม ญาณสังวโร แห่ง สำนักสงฆ์ถ้ำราชคฤห์ เมืองงาว จ.ลำปาง แต้มเมื่อวันที่ ๑๐ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๔

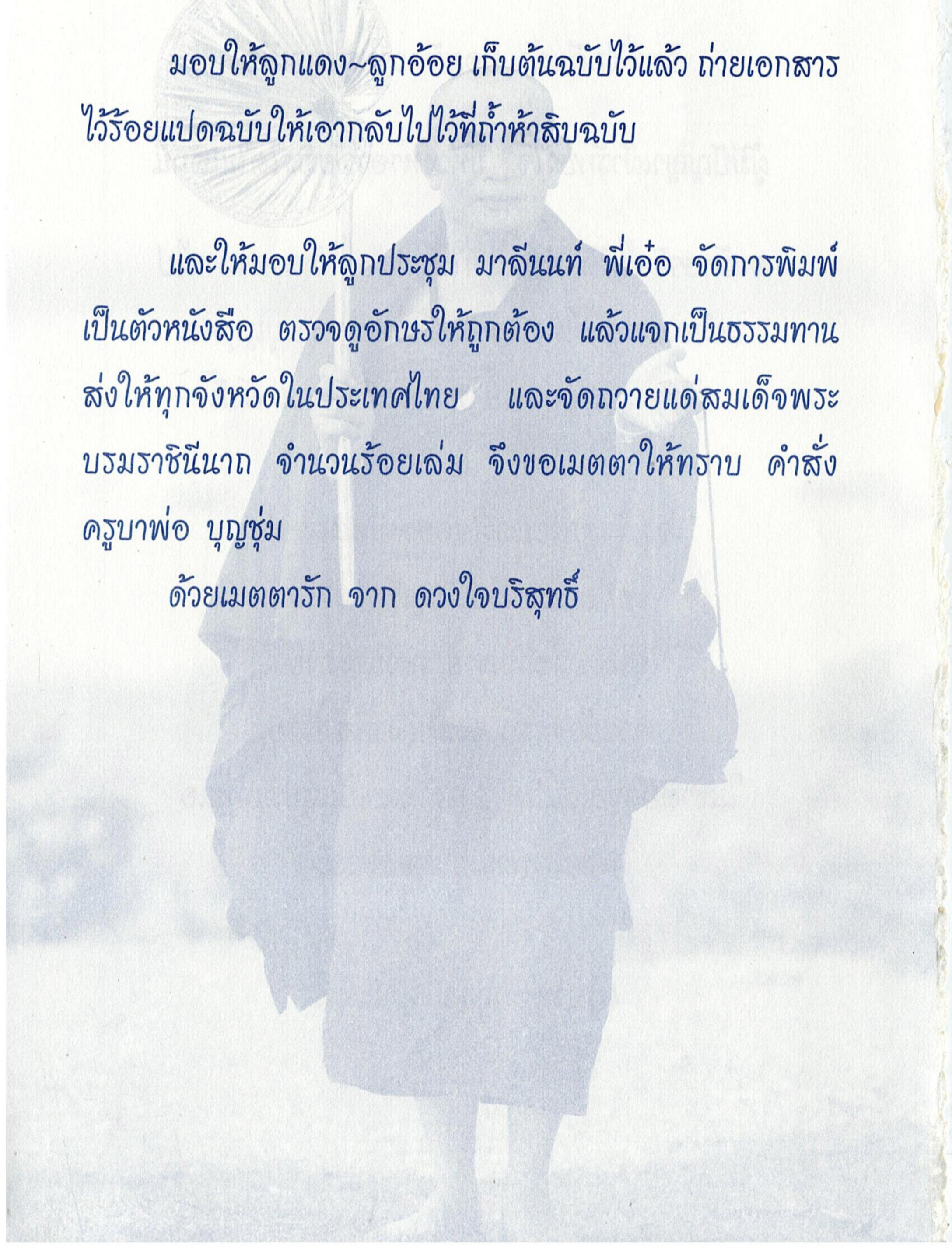
จิตที่ฝึกดีแล้ว ย่อมมีความสุขทุกเมื่อ

ผู้มีปัญญาเฝ้ารักษาใจ ไม่ห่วงหาอาลัยสิ่งใดในโลกนี้

จงรักษาจิตให้ดี ทำหน้าที่ให้ถูกต้อง วันเวลาผ่านไป
เหมือนสายน้ำไหล จงรีบเร็วไวสร้างแต่บุญกุศล
ผู้มีจิตสงบย่อมพบ ทางพระนิพพาน ดังนี้

จงเฝ้าดูกายและใจอย่างมีสติตลอด
เหมือนนายเรือเฝ้าดูเรือไม่ให้รั่ว
จงรีบถ่อรีบพาย ตะวันจะสาย
สายบัวจะเน่า จงเข้าถึงสัจจธรรม
ในชาติปัจจุบันนี้เถิด การเกิดมาเป็นทุกข์แท้หนอ
พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง

ครูบาพ่อบุญชุ่ม ญาณสํวโร



มอบให้ลูกแดง~ลูกอ้อย เก็บต้นฉบับไว้แล้ว ถ่ายเอกสารไว้ร้อยแปดฉบับให้เอากลับไปไว้ที่ถ้ำห้าสิบฉบับ

และให้มอบให้ลูกประชุม มาลีนนท์ พี่เอ๋อ จัดการพิมพ์เป็นตัวหนังสือ ตรวจดูอักษรให้ถูกต้อง แล้วแจกเป็นธรรมทาน ส่งให้ทุกจังหวัดในประเทศไทย และจัดถวายแด่สมเด็จพระบรมราชินีนาถ จำนวนร้อยเล่ม จึงขอเมตตาให้ทราบ คำสั่งครูบาพ่อ บุญชุ่ม

ด้วยเมตตารัก จาก ดวงใจบริสุทธิ์

บันทึกธรรม แต้มโดยพระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร ภิกขุ อรัญญวาสี แห่งถ้ำมหาโพธิสัตว์ราชคฤห์ เมืองงาว จ.ลำปาง พ.ศ. ๒๕๕๔ ถ้าหากข้อธรรมไหนขาดตกบกพร่องไป เราขอให้ท่านผู้รู้อภัยให้ด้วย และขอให้คำแนะนำเสริมเติมให้ด้วย เราได้แต้มถวายเป็นพระธรรมทานไว้ ในพระพุทธศาสนาสืบต่อไปสิ้นกาลนานตราบห้าพันวัสสา และขอน้อมเกล้าถวายเป็นพระราชกุศลเนื่องในวโรกาสมงคลสมัย ครบ ๗๙ พรรษา แห่งองค์สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระแม่แห่งแผ่นดินไทยในแดนสงบเย็นอย่างยิ่ง ด้วยความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอันหาประมาณมิได้ ขอน้อมเกล้าถวายพระพรชัย ขอทรงพระเจริญยิ่งยืนนาน ตลอดกาล

ทีฆายุโกโหตุ มหาราชา มหาราชินี

โรงพิมพ์นพรัตน์
2090-2092 ถ.ลาดพร้าว
แขวง/เขตวังทองหลาง กรุงเทพฯ 10310
โทร. 02-530-2961, 02-539-0114
www.nopparatprinting.com E-mail: noparat_1@yahoo.com



ธรรมานุสรณ์ เนื่องในโอกาส
ครบรอบอายุ ๔๗ ปี ๓๖ พรรษา
พระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร อรัญวาสีภิกขุ
๕ มกราคม ๒๕๕๕

วันพ่อ...วันแม่

พระครูบาบุญชุ่ม ญาณสํวโร